

<<美少女不能不知的101个美容恶习>>

图书基本信息

书名：<<美少女不能不知的101个美容恶习>>

13位ISBN编号：9787806469262

10位ISBN编号：7806469265

出版时间：2006-1

出版时间：上海文化出版社

作者：严昉

页数：143

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<美少女不能不知的101个美容恶习>>

内容概要

拨开美容产品的迷雾，纠正日常保养中的误区，揭穿美容偏方的谬误，帮助美少女们掌握科学的美容保养常识，拥有正确的美容观和保养方法是十分必要的。

于是，这本专门为美容方式纠错的书应运而生。

本书结合年轻女孩的常见肌肤问题，运用图文并茂的方式让你全面了解不可不知的美容恶习！

从呵护肌肤、缤纷妆扮到美发造型，指引美少女们做好基础保养，做对深层保养，有针对性地让你的美丽零缺点！

<<美少女不能不知的101个美容恶习>>

作者简介

严昉 生物科技专业毕业后一直从事美容事业，曾远赴韩国体验学习彩妆造型。
现任法国CRONY品牌资深美容讲师，活跃于各类时尚媒体，并开设人气美容专栏，撰写稿件已达30余万字。
立志在美容界不断学习和探索，为女性朋友们传播最新最科学的美容知识。

<<美少女不能不知的101个美容恶习>>

书籍目录

护肤恶习——揭示肌肤保养的美丽陷阱 基础护理 夏天用凉水洗脸好清爽——清洁不彻底隐患多
天天用绿茶水洗脸——酸性物质带来刺激 洗脸只是用手掌揉揉——手法影响清洁、纹理和脸型 用
毛巾擦干脸——娇嫩的肌肤经不起磨擦 直接用手涂抹护肤水——既不卫生又很浪费 每天涂在脸上的
护肤品超过5层——过度保养误伤肌肤 长期使用婴儿护肤品——成人肌肤得不到任何滋养 涂抹护
肤品不讲究先后——程式错乱，保养效果打折 面部按摩越久越好——过度按摩易产生反效果 换季
不换护肤品——小心肌肤闹情绪 将护肤品统统打入冷宫——活性丧失，油水分离 护肤品喜新厌旧
——皮肤适应不了你的善变 深层护理 精华素当作面霜使用——当心肌肤营养过剩 洁面后直接使用
精华素——营养吸收不充分 频繁去角质才够光洁——皮肤越薄越脆弱 日霜晚霜颠倒使用——肌肤
日夜防护滋养各不同 护肤膜法 自制蔬果面膜最安全——使用不慎美容反变毁容 DIY红酒面膜——
酒精刺激易过敏 敷面膜舒缓疲劳——疲惫的皮肤不堪如此营养 敷面膜之前不补水——水分易流失
，肌肤刺激大 补水保湿 秋冬季使用甘油保湿——效果不佳，皮肤更干燥 喷保湿喷雾后不及时锁水
——蒸发带走肌肤水分 仅靠胶状护肤品来保湿——锁水效果很有限 控油去痘 盲目迷信控油水、收
敛水——使用过量反伤肤 定期到美容院去粉刺、黑头——治标不治本 长期使用药用型护肤品——
小心成为药性肌肤 频繁用盐去黑头——干性、敏感皮肤不宜使用 口服避孕药治疗青春痘——扰乱
激素分泌，得不偿失 用牙膏治疗痘痘——弊大于利的护理误区 洗脸之后不涂乳液——水分失缺、
油脂失控 用化妆品掩饰痘痘——油上加油，痘痘恶化 防晒美白 眼部护理 唇部护理彩妆恶习——
揪出玩转色彩中的错误

<<美少女不能不知的101个美容恶习>>

章节摘录

敷面膜之前不补水——水分易流失，肌肤刺激大 洗脸之后敷张保湿面膜，给肌肤加倍水润和滋养，可是，你是否经常在敷面膜之前忽略了一个重要步骤？对，就是洁面后先搽爽肤水为肌肤补充水分，在肌肤表层形成一层水脂膜，这样可以避免面膜尤其是黏土质清洁型面膜对皮肤的刺激，同时促进对面膜中营养物质的吸收。

如果省略这一步骤，当面膜敷在干燥的脸上时，会更快地带走肌肤的水分，卸除面膜时增加了与皮肤的摩擦，使用后还可能有紧绷感。

如果敷的是乳质的保湿面膜，之前的补水步骤可以增加面膜锁水保湿的功效。

秋冬季使用甘油保湿——效果不佳，皮肤更干燥 的确，甘油是最普及化的保湿剂，许多保湿类护肤品都少不了甘油成分，较适合年轻肌肤使用。

因为甘油具有吸水作用，保湿护肤品常常用它吸附空气中的水分子，令其覆盖的皮肤角质层时刻保持湿润。

甘油的这一特质也导致了它的保湿效果很容易受到空气中湿度的影响，湿度较低的季节，例如干冷多风的秋冬，单纯使用甘油产品的保湿效果就会较差，它在干燥的空气中吸收不到足够的水分，就会从肌肤真皮中吸取水分，令皮肤更加干燥，甚至脱水。

<<美少女不能不知的101个美容恶习>>

编辑推荐

101个美容恶习，让修炼美丽的你走火入魔。
本书护肤、美体、彩妆、美发四大纠错版块，帮助你跳出美容误区。
正确呵护肌肤、宝贝身体、玩转色彩、关爱秀发，你一定可以修成完美超IN美少女！

<<美少女不能不知的101个美容恶习>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>