

<<护肤新经>>

图书基本信息

书名：<<护肤新经>>

13位ISBN编号：9787811118926

10位ISBN编号：7811118920

出版时间：2011-6

出版时间：东华大学出版社

作者：陆嵘

页数：96

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>

## <<护肤新经>>

### 内容概要

《美丽新主张系列：护肤新经》由日常护理、周期护理、身体的护理、精油护理向大家介绍在家中充分享受美容护理的方法。

## <<护肤新经>>

### 书籍目录

#### 第一部分 日常护理

- 日常护肤用品配置方案
- 日常护肤用具种类
- 每天所需的护肤产品
- 洁肤品的类型及适用范围
- 化妆水的品种及适用范围
- 润肤品的种类及适用范围
- 护肤品的选择
- 早晚5分钟基本护理
- 清洁皮肤
- 调整皮肤
- 滋润皮肤
- 关于眼霜

#### 第二部分 周期护理

- 每周45分钟特别护理
- 45分钟特别护理内容
- 45分钟特别护理各步骤
- 清洁皮肤
- 爽肤水擦拭
- 蒸气蒸脸
- 去除死皮
- 自我按摩
- 敷面
- 化妆水调整皮肤
- 上眼霜及润肤品
- 季节性护理
- 春季皮肤护理
- 夏季皮肤护理

.....

#### 第三部分 身体的护理

#### 第四部分 精油护理

## <<护肤新经>>

### 章节摘录

版权页：插图：为什么我们要按摩我们都知道运动有益于身体健康，而脸部运动却较少。因此要借助按摩来帮助脸部做运动。

这也是吃瓜子有助美容的一个原因，腮帮子在不断运动。

对于已有皱纹的皮肤，按摩是绝对必要的保养。

干燥环境下的肌肤，更需定期施以适度柔和的按摩，促进血液循环、延缓衰老。

按摩可以选择每周去美容院做，也可以在家进行，尤其对于干性肤质者效果良好，让肌肤光泽、滋润、有弹性。

按摩有何功效简单地说，按摩能因刺激皮脂腺的分泌和血液循环的加快而获得滋润；能使汗腺张开，油质与角质容易移动并清除，使皮肤更清洁健康。

并使皮肤结实，具有弹力，预防和减少皱纹的产生。

按摩用的产品按摩用的产品主要有按摩油、按摩膏和按摩乳。

它们都是在按摩过程中起润滑作用的，因此，一些滑润性好的护肤品也可用来按摩。

按摩油所含油分最高，适用于干性皮肤，按摩乳所含水分最多，适用于油性皮肤及缺水性皮肤，按摩后也最容易清洗，皮肤显得清爽。

## <<护肤新经>>

### 编辑推荐

《护肤新经》是美丽新主张系列之一。

<<护肤新经>>

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>