

# 《青春美容》

## 图书基本信息

书名：《青春美容》

13位ISBN编号：9787544001281

10位ISBN编号：7544001288

出版时间：1993-03

出版社：山西教育出版社

页数：89

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 书籍目录

### 目录

#### 前言

#### 一 美化你的面容

1.什么样的脸型才是美的？

2.怎样保护你的面容？怎样使你的面容更加光泽  
细嫩、容光焕发？

3.怎样美化你的面容？

(1)端庄美 (2)甜韵美 (3)文秀美

(4)淡雅美 (5)华艳美

4.生活美容的方法和步骤

(1)上底油清洁皮肤 (2)打底色 (3)在底彩  
上轻敷一层透明淡肉色薄粉 (4)打胭脂 (5)打  
眼影粉 (6)画眼睛 (7)睫毛的美化 (8)

眉毛的修饰和美化 (9)脸上高光部位的处理

(10)人中的修饰 (11)美化你的嘴唇 (12)扑  
施薄粉定妆

#### 二 护理性美容

1.怎样减少面部的皱纹？

(1)手工按摩减除皱纹 (2)电动按摩减除皱纹  
(3)红外线美容灯美容减皱 (4)面膜 美容水和  
冷水减除皱纹

2.为什么脸上会长粉刺？长了粉刺怎么办？

3.雀斑的产生和消除

4.美人痣要除掉吗？

5.脸部皮肤过敏的发生与防治

6.多毛姑娘不必苦恼

7.你的牙齿洁白细密吗？

#### 三 保护好你的青春华发

1.头发的构造

2.头发的性质

(1)粗硬的头发 (2)直硬的头发 (3)柔软的  
头发 (4)服贴的头发 (5)纤细稀少的头发

3.头发的洗涤和梳理

4.头发的病态及其养护

(1)脱发 (2)岔发 (3)断发 (4)白发

(5)讨厌的头皮屑

5.发型和脸型如何匹配

6.发型和脖颈的关系

7.发型和帽子的选择

8.发型和耳饰 头饰的配合

9.染发种种

#### 四 眼镜的装饰和美容作用

1.眼镜的色彩、质地、样式和美容的关系

2.镜片色彩的选择

3.隐形眼镜

#### 五 使你的手更秀美

1.什么样的手才算健康的美的？

## 2.手的劳动养护

3.你喜欢选择什么样的手套？

4.你的指（趾）甲好看吗？你会美化自己的指（趾）甲吗？

5.美化手的饰物 戒指和手镯

（1）你会戴戒指吗？（2）戒指 手镯和其它金银饰物的保养

## 六 服饰美

1.服装的色彩、纹饰、样式和精神 气质 风度及文化艺术素养的关系

2.体形美和服装色彩、纹饰、样式的关系

3.颈项饰物、胸花 领花的选择和佩戴

4.服装和革履

## 七 食疗美容和水美容

1.头皮屑过多应多食碱性食物

2.保持头发的光泽滋润应多吃海藻类食物

3.头发枯黄应吃什么？

4.白发防治

5.皮肤干燥、粗糙应多吃富含维A的食物

6.贫血的食疗

7.西红柿的美容医疗价值

8.世界上最廉价的健美剂 水

## 八 古人饰美拾零

1.米粉敷面

2.用铅粉敷面

3.珠玉穿耳

4.假髻

5.剃眉画眉.....

## 九 民间美容单方集锦

1.治疗头发干枯

2.治疗脱发

3.治疗头发稀少

4.羊粪的妙用

5.治疗少白头

6.治疗雀斑

7.清除汗斑

8.染指（趾）甲

9.鸡蛋清搽脸

## 十 家庭美容制作

1.营养性蛋清面膜的制作

2.有漂白作用的面膜的制作

3.果汁面膜的制作

4.油性面膜的制作

5.剥离型面膜的制作

6.毛发促进剂的制作

7.清洁敷面剂的制作

8.蜂蜜蛋白剂的制作

9.红茶麦麸混合液的制作

## 十一 电器美容工具简介

## 《青春美容》

- 1.电热梳类
- 2.电热钳类
- 3.吹风机类
- 4.多功能美发器类
- 5.帽式烘发器类
- 6.电动美容按摩器类
- 7.红外线美容灯
- 8.皮肤清洁器
- 9.超声波洗脸器

# 《青春美容》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)