

《护出你的魅力》

图书基本信息

书名：《护出你的魅力》

13位ISBN编号：9787504455567

10位ISBN编号：7504455563

出版时间：2006-2

出版社：中国商业出版社

作者：杨东雄

页数：239

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

《护出你的魅力》

内容概要

在现实生活中，那些永葆青春的女人是许许多多男人争相宠爱的焦点人物。为什么会出现这种现象呢？这除了个人完美形象及非凡气质外，柔嫩的皮肤起了很大的衬托作用，这是谁也无法否认的事实。

我们可以这样设想，如果现实生活中，女性都是脸婆，这个世界会是什么样子呢？还会出现男人狂热追求女人的情景吗？在生活中，女人往往是一道亮丽的风景，是吸引男人奋斗的动力。

如果女人都顺其自然，不注意自己的皮肤护理，不把容貌美放在心上，那么她们还对男人有多大的吸引力呢？这当然是一种设想。

爱美之心，人人有之。生活中没有一个女人不爱美，这是天性使然。

随着人们生活质量的提高，生活在城市的女性（包括乡村女性），都在追求一种属于自己的高质量的生活，她们都在通过各种手段，将自己打扮得更加漂亮一点、更加迷人一点，让自己的天生丽质发挥到极致，使自己的工作、生活、爱情、家庭更加美好、幸福，使自己能够给朋友及家人带来一种温馨，这是一种现代女性的生活情趣的生动体现，更是一种值得赞美的生活方式。

那么如何才能成为一个大美人呢？也就是说如何护理皮肤才能使自己光彩夺目呢？这也许是困扰许多女性的一个问题。其实只要你是一热爱生活的人。

正确掌握护肤技巧并不难。《护出你的魅力》——女性护肤美容的秘诀，就是特意为那些渴望拥有美好肌肤的女性编写的。

本书以现代职业女性为主要阅读对象，以提升她们的生活质量为宗旨，每个章节一个主题，每个主题又分若干小节，避免了目前市场上同类生活实用书籍为追求大而全而显得过于杂乱、烦琐的问题，主题突出，内容详实，编写结构严谨，语言流畅简洁，是目前市场上不可多见的女性永葆青春美丽的实用书，便于记忆，便于操作，能达到一学就会的效果。希望那些热爱生活的女性，将本书视为良师益友，在学习中实践，从而提升自己的美好形象，成为一个丰采女人。

《护出你的魅力》

书籍目录

1 护肤有学问 美容护肤的含义 皮肤结构及美学标准 如何认识皮肤的功能 鉴别皮肤的方法 影响皮肤颜色的因素 关于皮肤老化问题 皮肤养护注意事项 如何护理过敏性皮肤 如何掌握护肤要领 生理期的美容问题 怎样利用沐浴护肤 美肤植物有哪些 美白的技巧2 常见护肤技巧 洗脸要讲学问 保养皮肤的原则 春天如何护养皮肤 夏季护肤技巧 巧用太阳镜 皮肤晒伤后怎么办 秋天如何保养皮肤 冬天如何保养皮肤 特定环境下的皮肤护养原则 延缓皮肤衰老的秘诀 防皱有学问 消除皱纹的方法 如何巧用皮肤脱屑法 睡眠美容法 如何使用防晒霜 学会按摩很重要 眼角有了鱼尾纹怎么办 简便易行的去皱良方 3 呵护你的各个部位 用心呵护你的皮肤 面颊红润的秘诀 如何护理颈部皮肤 有了眼袋怎么办 如何消除黑眼圈 关爱你的乳房 拥有一双迷人的双手 如何保养脚 光敏性皮肤病问题 体毛多的烦恼 关于狐臭问题4 面部是你的资本 怎样对付青春痘 青春痘的预防办法 面部有了痤疮怎么办 如何治理色斑 巧用遮盖霜 如何消除皮癣 皮肤病的护理技巧5 做一名有品位的女性 什么叫换肤术 使用护肤水的技巧 如何选用防晒化妆品 面膜挑选及使用指南 学会自制面膜 怎样使用磨砂膏 怎样挑选和保存香水 最流行的美容新概念6 附录：常用护肤品荟萃

章节摘录

书摘皮肤养护注意事项 皮肤养护的方法很多，这需要你精心操作。其中有很多细小的环节，有时并不被女性注意。但能否正确地去做这些不起眼的小事，却往往关系到皮肤保养的质量。实施皮肤保养时，应用手指、纯白面巾纸或棉球。因为有色纸或带有油墨的印刷纸会刺激皮肤。粗质纱布或棉布应被列为擦脸禁忌品。因为粗布纤维会严重伤害柔嫩的皮肤，使皮肤发生按痕或剥脱。而洗涤剂、漂白剂、软化剂等残留在抹布上的可能，用这种布擦脸同样会刺激皮肤。不要用卫生纸擦脸。因为这种纸往往很粗糙，如含有香水和去味剂，就更容易伤害皮肤。体部除味专用皂不能用来洗脸。因为这种皂杀菌性能极强，且无选择性，能杀灭对人有益和有害的所有细菌，从而毁坏皮肤的酸性皮膜，失去屏障作用，有害物质容易乘机入侵。无论往面部涂擦什么化妆品，动作都应轻柔，并做圆周运动，向上向外，朝向发际。额部使用清洁剂时要尽量按摩到发际线。晨起后应先做皮肤护理，后梳洗头发，以利冲洗掉发际周围头发上的清洁剂。切勿用热水洗脸，它会使毛囊皮脂腺开口部膨隆成红色小球体，有碍美容。可用双手轻拍面部以去除这些小疙瘩。涂擦调色剂时，可用洁净的白棉球蘸着调色剂向上向外抹至全脸，也可用喷洒的方法先抹在面部，再用棉球涂匀。面部不能擦酒精类刺激物，以免损伤皮肤。每次洁面护理后都应保持面肤湿润，因为面部皮肤的老化决非缺油所致而主要是因为缺水。最后还得提醒女性，长期以来，人们习惯于在白天护肤美容，其实，就延缓皮肤衰老来说，晚上的养颜比白天的护肤更为重要。随着科学的发展，人们对护肤美容有了更深刻的认识，将美容划分为三个领域：美肤、护肤、养颜。“美肤”是指为了各种交际活动的需要而进行必要的化妆，“护肤”是指保护皮肤免受各种物理的、化学的伤害，如防冻，防晒，防碰伤等；“养颜”则是为了从根本上提高皮肤的质量。人的一生中有三分之一时间是在睡眠中度过的，人在睡眠中周身放松，全部毛孔张开，皮肤像绽开的花朵一样易于接受化妆品的滋润，所以夜间养颜比起白天护肤来说，有事半功倍之效。夜间养颜不宜使用白天常用的半固体化妆品，因为这类化妆品容易堵塞毛孔，不利于皮肤的新陈代谢。只有水剂化妆品才最适合夜间美容，水剂化妆品的优点是不影响皮肤呼吸，不影响汗腺、皮脂腺的正常排泄，所含的营养成分容易被皮肤所吸收。现在适合夜间美容的化妆品是各种营养型夜用美容露，你可以根据自己皮肤的特点酌情选用，有条件的还可利用蜂蜜、鲜牛奶、新鲜蔬菜、水果的汁液自行制作营养型夜露，以给白天受到损害的皮肤补足养分，使其恢复弹性和光泽，永葆皮肤青春。P24-26

《护出你的魅力》

编辑推荐

正确掌握护肤美容技巧，人到中年后像淑女！本书以现代职业女性为主要阅读对象，以提升她们的生活质量为宗旨，着眼于女性爱美的心理，系统地讲述了有关护肤美容的知识和技巧，主题突出，内容全面，编写结构严谨，语言流畅简洁，实用性强、便于操作，给热爱生活的女性一次提升自己的美好形象、成就迷人丰采的机会。

《护出你的魅力》

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