

《成分主义》

图书基本信息

书名：《成分主义》

13位ISBN编号：9787807299844

10位ISBN编号：7807299843

出版时间：2010-11

出版社：凤凰

作者：刘晓玲

页数：188

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

《成分主义》

内容概要

《成分主义:大牌化妆品贵的有没有道理》内容主要包括：干呼万唤始出来，犹抱琵琶半遮面、紫外线不会因为是在冬天就宅在太阳里面不出来、不是所有的防晒都称职、专柜BA告诉你，用了隔离还要用防晒，好纠结、眼霜解决不了我的千年黑眼圈、化妆品是不分性别的、谁说BB霜就是babycream的？防腐剂不是洪水猛兽、护肤品不是读卡器，不讲究N合、铅汞都是重金属，你知我知大家知、准妈妈们不是所有东西都可以用的、准妈妈们也是可以打扮成万人迷的、我们都不是埃及艳后、我是青春美少女，所以大牌会产生依赖？美容院，去还是不去，纠结中、北京是个沙漠、皮肤会吸氧，那还要鼻子干吗？SK-II其实挺冤的、化妆水不是清洗剂，干吗非要擦下脏东西、电视购物中的神奇化妆品、用了护肤品会排毒等？

《成分主义》

作者简介

刘晓玲，闲暇的绝大多数时间用来混迹于各大美容论坛，对各个大牌小牌的化妆品都有极大的兴趣和研究，对“刮风”的东西没有免疫力，乐此不疲地拿自己的脸当实验田。经验和教训无数。

所做的，就是希望帮大家从成分表开始拨开化妆品的层层迷雾，探寻到它的真正面目。

《成分主义》

书籍目录

千呼万唤始出来，犹抱琵琶半遮面紫外线不会因为是冬天就宅在太阳里面不出来不是所有的防晒都称职专柜BA告诉你，用了隔离还要用防晒，好纠结眼霜解决不了我的千年黑眼圈化妆品是不分性别的谁说BB霜就是babycream的？防腐剂不是洪水猛兽护肤品不是读卡器，不讲究N合铅汞都是重金属，你知我知大家知准妈妈们不是所有东西都可以用的准妈妈们也是可以打扮成万人迷的我们都不是埃及艳后我是青春美少女，所以大牌会产生依赖？美容院，去还是不去，纠结中北京是个沙漠皮肤会吸氧，那还要鼻子干吗？SK-II其实挺冤的化妆水不是清洗剂，干吗非要擦下脏东西电视购物中的神奇化妆品用了护肤品会排毒？名人推荐的化妆品也需要理智对待我想为矿物油喊个冤化学品就是不好的？8S我们不是科学家，更不是配方师改变基因？OMG，我要变成超级塞亚人没有最贵，只有更贵！不是挖个坑栽颗苗就叫有机植物婴儿产品大家都是可以用的，反之则不可以化妆品必须成套使用吗？有没有完全不含防腐剂的产品呢？有！我想让我的睫毛变成扇子防晒霜到底应该怎么涂？涂多少？防晒霜的那么多参数都是虾米意思啊减肥是女人一生的事业皮肤年龄应该如何界定脸皮不是蛋挞皮，不是涂得层数越多越好选择吸油面纸，也是门学问啊丰胸是个永恒的话题国货当自强什么先用什么后用也是科学我要自得像卫生纸谈洗脸怎么能少得了胶原蛋白我恨假货我爱淘宝再贵的洗发护发产品也拯救不了一头烂草说眼霜是化妆品界最大的谎言之一毫不夸张到底什么是药妆小小包装盒也是门大大的学问护肤品不是太上老君炼丹炉里的仙丹抗老成分大起底美自成分大起底我的爱用榜声明

插图：把这篇文章作为整本书开篇的念头，是我写目录的时候跳入大脑的。当然，这句白居易的（《琵琶行》里的名句，形容的并不是我的书，而是我国的国家强制性标准GB5296.3-2008（《消费品使用说明化妆品通用标签》的发布以及实施。比起美国以及欧盟的同类规定，实在是发布得太晚，而且很多规定也不尽完善，估计执行力度也不能令我们完全满意，所以，这句“干呼万唤始出来，犹抱琵琶半遮面”真是再适合不过的形容了。真要我把整部标准写出来摆在这儿，估计也没几个人愿意看，所以，我就挑几个值得我们关注的方面给大家念叨念叨。这部规定带给我们最大的改变，就是要求标注全中文的化妆品成分表（但是生产工艺和原料中带入的可以不标注），这条规定等得我眼泪哗哗的。每当我看着美国、欧盟甚至近邻日本和韩国的化妆品包装上的完整成分表时，我都无比深情地期待有一天能在我们国家看到全中文的成分表。终于让我在有生之年等到这一天啦！撒花……也许会有人说标了全中文的成分表又有啥用，我们又看不懂。是的，普通的消费者有可能看不懂，但这毕竟是我们应该享有的权利，我们必须保证我们的知情权。而且有些皮肤如果对某些成分过敏，也可以提前筛选过滤掉。其实呀，那东西即使是涂在一张白色的A4纸上，经过这样一番折腾，最后也是会变成黑色的，原因很简单，膏体里加了遇到金属会变色的成分，那仪器接触面部的部分是金属，两者一接触，黑色了，排毒了，花钱了……在美容院里，美容师会经过清洁、去角质、按摩、敷面膜，有的还会蒸脸，这样的步骤来给你进行保养，而且往往美容院的产品，与你平时用的产品并不一样。我觉得这样折腾下来，会增加皮肤敏感的几率，尤其是本来就是敏感性皮肤的人，更容易增加敏感的几率，用完后很容易有过敏反应，一旦出现过敏反应，美容师会告诉你是在排毒，这分明就是一种推卸责任的说辞！比起上面的骗局来，更让人讨厌和心寒。在美容院里，还有一种情况会告诉你是在排毒，那就是比如治疗一些疱疹类皮肤、比如果酸换酸、再比如挤痘痘、再比如清毛孔，皮肤总是要煎熬一段时间才能走上正轨，这段时间我觉得不能叫排毒期，只能叫皮肤适应期。除了美容院，专柜的产品也有可能这样，告诉你某种产品具有排毒功效，可以帮助皮肤排除积累的毒素，以达到美容的效果。其实有些产品明明也是不错的东西，也许会具有不错的抗氧化效果，比如石榴系列和葡萄籽系列，石榴和葡萄籽的抗氧化能力都高于维生素C和维生素E，大概觉得抗氧化不够吸收消费者的眼球，所以在进行产品宣传时，偏偏要把排毒当做产品重点，这不知道是不是也算是消费者的悲哀呢？

《成分主义》

媒体关注与评论

初一的物理化学原理+简捷的思维方式+一点点理智=成分主义。——Snoopy 妍拔草必备书，冲动是魔鬼。
——闻樱 要不要勒紧腰带买眼霜。600块的资生堂红色梦露和200块的羽西生命之水到底该买哪个。这本书会告诉你。
——火星娃娃 “没有配方不好的化妆品，只有不适合的皮肤。”把有限的闲和钱用在无限的护肤事业上去。
——长颈鹿

《成分主义》

编辑推荐

《成分主义:大牌化妆品贵的有没有道理》：防晒和隔离要一起用吗？美容院去还是不去？准妈妈如何选择化妆品？防腐剂是洪水猛兽吗？化妆品能丰胸吗？一瓶保湿霜，超市货只要几块钱，专柜里大牌却要成百上千。请问它贵得有没有道理？有没有道理？有没有道理？装在瓶瓶罐罐里的霜膏水乳，去掉精美的包装宣传。是否真的天差地别？准备好了吗？《成分主义:大牌化妆品贵的有没有道理》将揭开这一切问题的答案。大牌化妆品贵得有没有道理。扒掉大牌化妆品那层矜贵的皮。美容界刮起成分风，明星版主手把手教你辨成分。新整风运动：整风、拔草、除心魔。知识就是力量，聪明的女人都不败家。一瓶保湿霜，超市货口八要几块钱，专柜里的大牌却要成百上千。请问它贵得有没有道理？有没有道理？有没有道理？装在瓶瓶罐罐里的霜膏水乳，去掉精美的包装宣传，是否真的天差地别？

《成分主义》

精彩短评

- 1、有一定道理，但是作为女性，每个人都会有自己的见解，对于护肤品牌的历史、成分，每个人都有自己的感触，所以不一定要一个思想。
- 2、虽然书的内容和想象的不一样，原因是介绍化妆品的成分和作用的，后来发现不是，但是里面的内容还是比较有用的，特别是关于眼霜可以用面霜代替，极其赞同。
- 3、关于护肤的科普。排除文章都在她的网站出现过这一点外，还是不错的。一本书来的。
- 4、不错，原来我的很多观点都是有理论基础的，可以花几个小时翻看一下
- 5、大概翻了一下，看了目录，还是可以的，以后细细看。
- 6、很棒，理性思维来选择适合自己的护肤品
- 7、适合普通人看，可以让人懂得如何有选择的购买实惠又好用的护肤品
- 8、不但价钱值得，内容更值得！
- 9、迷恋大牌化妆品，并不会带给你别样的美，认清自己，用聪明的方式让自己更加美丽才会真正漂亮
- 10、感觉像是在推销化妆品
- 11、内容专业、理智。深入浅出
- 12、之前还买了一本也是跟成分有关的书。。。我觉得这类书看了之后除了给成分不明者扫盲之外。。。还是可以打击一下想买化妆品的心情的。。。长草的时候就拿出来看看。。。里面倒也没有什么特别科技的数据。。。只是作者在说。。。现在怀疑的是这类书的作者是不是专业学化学的啊。。。
- 13、挺好的，只是一会儿就看完了
- 14、这本书写得很有趣，也很直白，也很真实，没有美容护肤类书常见的忽悠，对建立正确的护肤概念很有帮助，强烈推荐
- 15、去年暑假读的，忘记写了什么，也许有的知识已经内化成常识了。有点啰嗦，嗯，每天都要抹防晒霜。
- 16、呵呵，读起来很轻松，长了不少见识，内容很基础，适合对化妆品少研究的读者。
- 17、里面的内同介绍得很通俗易懂，看完之后对化妆品有一个基本的了解，以后买化妆品也不会盲目的随大流了
- 18、对我来说太基础了，而且明显不具备很专业的基础，有本事你说木瓜需要热着吃才丰胸呀。老是拿几款护肤品说事，感觉就是介绍自己的护肤经验而已。
- 19、挺好的啊！文科生太无知吗？完全接受知识的状态，很庆幸没有特别荒废过自己的银子，提升了对防晒的重视程度，也知道了化妆品成分的普遍性和特殊性，眼霜无用胶原蛋白涂抹无法吸收好多有用知识点呢，推荐给每个女孩纸.....
- 20、还没仔细看呢，但是以前就一直关注作者在阿邦网上的成分分析帖，受益良多
- 21、挺好的啊，扫盲，口述体看起来也不无聊~
- 22、豆瓣上有推荐这本书就买来看了，果然值得一读。对买化妆品纠结的女孩们，或者想要呵护你们的女孩的男孩们都可以阅读一下。虽然书中没有详细的推荐，但是能学到许多知识。
- 23、看过她的博客，感觉这本书有很多和博客上的内容是一样的，不过写的还是不错的，好理解，好记忆，而且汇聚成册，比翻博客方便啊，呵呵。
- 24、还不错啦,简单易懂,有参考性.
- 25、作者以非常通俗易懂的话语把一些十分实用的知识阐述得非常的清晰，很好的一本书，值得拥有！
- 26、改变了之前的一些观念
- 27、有点用处吧，可以更理性的看待化妆品
- 28、耽误时间
- 29、基本上的内容都是有的，关于防晒啊什么都有。如果再有更多的产品介绍就更好了。
- 30、快看完了，不错，有用。。。
- 31、使用，全面，质量很好，物流很快。
- 32、一个上边角有点磨损、还有一小条褶皱，其他没有任何质量问题~但是内容却是我喜欢的，我就喜欢研究化妆品，也并不是要极其严苛或是深入，就属于个人喜好吧，O(_)O哈哈~拔草秘籍，值

《成分主义》

得拥有哦，但不喜这个方面的JMS，慎入！

33、真心实用

34、给公司买的。很好

35、适合茶余饭后的书籍，比较肤浅，适合打发时间的书籍

36、书很薄，也不是彩页的，--

37、虽然专业度没有正规的工具书那么好，但对于一般的培训来说还是有很大的帮助

38、其实女孩子真应该看看这种类型的书，选化妆品不会盲目认为越贵越好，而是看成分。至少这次我选防晒霜就参考了这本书，选的国产的便宜的，但是防晒成分一样不少。

39、随意的翻过一遍

40、这书对稍有基础的人而言已经浅显的不能再浅显了，然后对于扫盲而言又显得很业余，很多废话，占了1/3，比起出书更像在口述。还有推荐产品什么的随性而为，还是不要了的好。

41、我擦评论一堆那么牛逼的人说是知道了没啥帮助，本来这种科普性质的书都差不多的啊，知道了就不看了呗，还装模作样打个低分==。写的挺好的，类似博客扫盲文体。

42、多看看这类书还是不错的

43、会和美容届的朋友分享这本书！

44、参考其他的权威书籍太多了，很多内容只是换了一个说法

45、内容一般，很多东西已经懂得了，基本上比较鸡肋的一本书，而且言语比较乏味，缺少吸引人继续看下去的动力

46、科普扫盲书

47、帮朋友买的，内容还不错。

48、不错，可是比较直观。

49、大概因为我化妆品+化学方面的小白吧，我觉得超赞啊.....起码读着读着会笑出来，一页一页不舍得翻过去【==

50、内容比较简单，加上作者轻松的文笔，普及基础护肤观念的同时又不会太闷，非常适合护肤小白的入门读物

51、不是很厚，还没看，不过封面很好看

52、本以为可以学到很多成分的书。不过只是重温了一遍我所知道的差不多的东西。

53、书太薄，量不足，一般吧

54、这本书的确是写的很不错，通过化妆品的成分来分析化妆品的价值，对想要更深入了解化妆品的读者很推荐，但是本书里所列出的那些化妆品的成分表有些局限，读完全书就会有感觉作者是在自己熟悉的某些产品内进行了评价。有些章节的内容有点散。但是还是可以读一读，学习到一些以前不知道的内容。

55、书质量很好哈！发货速度也很快！比预期还快一天！

56、不值得购买的书

57、非常好 帮助自己增长知识了

58、书倒是不错，就是薄了些，质量很好，对化妆品的阐述，也许在满足不同年龄功能性需求的方面还可以深入——也许这是下一本书的内容

59、此类书中最值得推荐的一本

60、冰寒推荐过，但是里面大部分知识其实大家已经耳熟能详

61、关于护肤的初级扫盲书。基础实用。语言浅显易懂

62、算一本基础入门书吧，有一定知识基础的，这本书就可以免了，不过刚入门的话这本书有很大的帮助

63、还没看~~就是觉得这本书比我想的要薄！！

64、记得额推荐倩碧，有个大宝眼霜，还有。。羽西水。。忘了。。。不好意思

65、纸质一般，内容需要理科基础

66、书比较薄 里面很多产品都是我们平时可以看见的大牌 成分解释的很清楚 比较浅层面做了介绍 个人觉得还是比较值得一读 特别是喜欢购买化妆品 保养品的人

67、觉得像是论坛直接复制的 建议可以再网站上看 不用买书

《成分主义》

1、很多女生包括我都喜欢看一些教你如何护肤化妆打扮的书籍杂志，够买别人推荐的护肤品，但谁真正的了解这些我们天天往脸上抹的到底是什么。不知道这些东西为什么叫BB霜、隔离乳、妆前乳、化妆水.....它们都是用什么做的，或者压根就不曾思考过这个问题。这本书是几年前出的，但里面所涉及到的内容知识点现在看来也毫不过时，我很庆幸当时买了这本书，能在最懵懂无知的时期没有盲从。我再往前年轻几岁的时候，那时我妈那一辈人开始流行“洗脸”，就是去一家小小的美容院，往那一躺，然后“美容师”开始在脸上招呼一堆网上根本查都查不到的护肤品，我妈还想让我加入，我劝说无能只能顽强抵抗，可能在她们眼里我是个不懂打扮的人，但与其擦一些不明不白的东西，还不如风吹日晒宝宝霜呢。不说老一辈，就是身边的同龄人都有一部分是这样，不加思考轻信厂商广告用语，印象最深的就是隔离霜可以隔离辐射并且预防长辐射斑一说了，连孕妇的防辐射肚兜究竟有没有用都是个值得商榷的问题，擦那一点粉是绝不可能防得了的，至于辐射长斑，除非是长期暴露在福岛核电站那样的地方，以平时日常生活产生的那些辐射想要让你长斑，还真挺不容易的。以前我也有个误区，就是冬天不擦防晒霜，但太阳还是那个太阳，仍然产生着紫外线，只不过不会被灼伤。有的人天生肤白晒不黑就疏于保护，但等到岁月流逝时亦会原原本本的反应出来。我们常说爱自己，但怎么才算爱自己？我的理解是：活得明白一点。知道自己要什么，知道自己有什么。人生难得糊涂，但不应该糊涂在这两件事上。一个小小的化妆美容，可以无限延伸出很多方面，以小见大。对于女生来说，这才是应该人手一本的护肤化妆宝典，多一点自己的思考，不盲目跟风。有句老话说得好：学好数理化，走遍天下都不怕！

《成分主义》

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