

《天然滋养美肤面膜》

图书基本信息

书名：《天然滋养美肤面膜》

13位ISBN编号：9787546340227

10位ISBN编号：7546340225

出版时间：2010-12

出版社：吉林出版集团

作者：何琼 编

页数：191

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

《天然滋养美肤面膜》

前言

爱美是女人的天性，拥有光滑细致的肌肤是护肤的终极目标。可为什么昂贵的护肤品换了一种又一种，肤色却依然暗沉、粗糙，恼人的痘痘还在，到了下午脸上仍旧会油光光？每个人的体质和肤质不同，护肤的效果取决于是否用对了配方。在本书中，美肤专家会教你利用天然面膜轻松应对各种肌肤问题。不用花大笔的金钱，也没有繁琐的程序，却能得到比使用昂贵的名牌护肤品还要好的效果，这便是自制美肤面膜的诱人之处。充分利用大自然的恩惠，使皮肤吸收天然精华，摒弃一大堆含有化学成分的护肤品，在各种水果和源于植物的精油中寻求美白护肤的营养成分和各种元素吧，如此健康的美肤法是最符合现代人生活方式的选择。关注细节之美的女性不仅应懂得利用大自然赋予的精华，而且还应学会由此挖掘出美丽一身的秘笈。自制各种护肤品，能让你从头到脚靓丽起来。本书收录了上百种利用天然蔬果、芳香精油做成的面膜，每款面膜都有其详细材料、做法、功效、使用方法的介绍，让你的所有“面子”问题都能轻松解决，打造出莹透美肌！

《天然滋养美肤面膜》

内容概要

《七彩生活·天然滋养美肤面膜(白金升级版)》收录了上百种利用天然蔬果、芳香精油做成的面膜，每款面膜都有其详细材料、做法、功效、使用方法的介绍，让你的所有“面子”问题都能轻松解决，打造出莹透美肌！关注细节之美的女性不仅应懂得利用大自然赋予的精华，而且还应学会由此挖掘出美丽一身的秘笈。自制各种护肤品，能让你从头到脚靓丽起来。

《天然滋养护肤面膜》

作者简介

何琼，国家级高级造型技师、国际造型业协会高级会员。

国家级高级造型技师，国际造型业协会高级会员，国家级化妆师资格鉴定评委，CCTV中国国际造型师大赛特邀评委，中国各大知名杂志特约造型师，武汉天姿美容发型化妆学校造型技术总监。

《天然滋养美肤面膜》

书籍目录

Part 01 站在美肌起跑线——认清你的肌肤Chapter 01 肤质大检测——正确认清自己的肤质油性皮肤干性皮肤混合性皮肤中性皮肤敏感性皮肤Chapter 02 问题肌肤大作战——正视肌肤九大问题色斑痘痘黑头黑眼圈毛子粗大皮肤松弛干燥出油脸部细纹肌肤小测试让你了解最真实的自己Part 02 “面膜行动”魅力前奏——肌肤基础护理Chapter 01 深层清洁必不可少深层面部清洁的基本步骤一天洗几次脸最合适不同的水温对面部肌肤的影响没化妆还需要卸妆吗干性皮肤如何卸妆油性皮肤如何卸妆敏感性皮肤如何卸妆眼部及唇部如何卸妆怎样使用洗面海绵怎样挑选优质洁面产品洗面乳需要经常更换吗Chapter 02 别让角质层影响面膜功效去角质的好处有哪些根据肤质选择适合的去角质方法去角质的周期哪些肌肤不宜去角质去角质的时长和按摩力度选择合适的去角质产品Chapter 03 远离肌肤基础护理误区洗面乳中的泡沫越多越好洗脸时间越长越好油性皮肤要多洗脸洗完脸后让脸自然风干更好用纸巾擦脸去油混合性皮肤局部控油直接把洗面奶涂抹在脸上洗脸强效的洁面产品才洗得干净早上洗脸直接用清水就可以用撕拉面膜去黑头效果好Part 03 “膜”法宝典——让美丽纯天然Chapter 01 超实用面膜DIY小常识Chapter 02 手工面膜细节大公开Part 04 还你水滑嫩白肌肤——敷面进行时Chapter 01 美白除皱面膜苦瓜面膜冰葡萄面膜牛奶酵母美白面膜豆苗牛奶面膜珍珠豆粉面膜粉蜜抗皱面膜白芷蜂蜜美白面膜黄瓜白芷美白面膜Chapter 02 补水滋润保湿面膜番茄杏仁面膜苹果蛋黄面膜红糖蜂蜜保湿面膜番茄蜂蜜面膜黄瓜蛋清补水面膜酸奶蜂蜜面膜黄瓜蛋黄面膜海藻牛奶面膜胡萝卜红薯面膜糯米饭面膜杏仁蛋清面膜红酒珍珠粉面膜丝瓜汁面膜西瓜蛋清面膜橄榄油蜂蜜面膜银耳汤面膜桃子葡萄面膜豆腐牛奶保湿面膜Chapter 03 去角质排毒面膜蜜桃燕麦去角质面膜绿豆粉去角质面膜黄瓜芦荟去角质面膜燕麦果奶去角质面膜番茄菊花面膜椰子汁蜂蜜面膜精盐酸奶面膜红豆酸奶去角质面膜绿茶粉面膜绿豆蛋清面膜草莓牛奶面膜Chapter 04 控油去痘面膜芦荟蜂蜜面膜小苏打牛奶面膜白醋面膜土豆牛奶面膜土豆橄榄油面膜蒜蜜面膜玫瑰黄瓜面膜薏米冬瓜仁面膜香芹酸奶面膜茄皮面膜益母草黄瓜面膜菠萝金银花去痘面膜金银花去痘面膜薰衣草黄豆粉面膜香蕉奶酪去痘面膜椰汁芦荟绿豆粉面膜大蒜面粉抗痘面膜玉米粉牛奶去痘面膜蛋清米醋抗痘面膜薏米百合控油面膜Chiaoter 05 紧肤提拉面膜自制胶原蛋白面膜蛋清蜂蜜面膜鲨鱼油面膜蜂蜜杏仁面膜玉米绿豆紧致面膜柠檬蛋清紧肤面膜奶酪蛋清紧致面膜红薯酸奶紧致面膜咖啡蛋清杏仁紧致面膜蜂蜜小苏打紧肤面膜燕麦紧致面膜蜂蜜牛奶紧致面膜葡萄木瓜紧肤面膜蛋黄橄榄油紧肤面膜维生素c黄瓜紧肤面膜红豆泥紧肤面膜Chapter 06 抗氧化焕彩面膜绿茶橘皮粉蛋清面膜绿茶芦荟面膜红茶琼脂面膜绿茶燕麦面膜香蕉奶燕麦蜜面膜燕麦珍珠粉茶叶面膜柠檬燕麦蛋清面膜酸奶麦片面膜花生酱面膜柚子燕麦面膜柚粉面膜奇异果面粉抗痘面膜核桃仁面膜红石榴抗氧化面膜黑布朗蜜橄榄油面膜香蕉橄榄油面膜菜花粥面膜胡萝卜、白芷面膜菠菜珠粉面膜番茄蜂蜜蛋清面膜Chapter 07 芳香精油面膜橙花玫瑰抗衰面膜迷迭杏仁紧致面膜橙花润肤面膜玫瑰蓝莓润肤面膜甘菊薰衣草消痘面膜柠檬草佛手柑抗痘面膜甘菊玫瑰补水面膜奶酪薰衣草保湿面膜玫瑰橙花茉莉保湿面膜甘菊抗敏面膜天然木瓜抗敏面膜除皱减压精油面膜淡斑除皱减压面膜美白减压精油面膜芦荟晒后修复面膜珍珠粉修复美白面膜红薯苹果芳香修复面膜洋甘菊舒缓去角质面膜珍珠薰衣草美白面膜玫瑰檀香抗压面膜薄荷牛奶清肌面膜天然去斑玫瑰花面膜附录一居家DIY面膜TOP问题附录二不同年龄，面膜选择有差异附录三应季护肤更有效附录四局部面膜，靓肤无微不至

《天然滋养护肤面膜》

章节摘录

插图：大多数人都会认为，毛孔粗大的问题只有油性皮肤才会有。如果了解了下面这些引起毛孔粗大的原因，就会明白各种肤质都可能产生毛孔粗大的问题。【问题揭秘】1与角质代谢缓慢有关：细胞老化引发角质代谢缓慢，老旧角质堵塞毛孔，毛孔积聚污物，皮肤新陈代谢不顺，毛孔就会被渐渐撑大，引发毛孔粗大、肤质不均。同时，肌肤也因为无法顺利吸收水分与保养品，变得暗沉、干燥，加速刺激油脂分泌，进入恶性循环，毛孔会再度变大。熬夜、生活不规律、换季以及受雄性激素的影响，使得角质代谢速率不正常，粗厚角质堆积在毛孔周围，就会让毛孔变得粗糙，同时也容易被阻塞，导致毛孔粗大。2与皮肤松弛老化有关。因为随着年龄的增长，皮肤血液循环逐渐不顺畅，细胞新生力量减弱，胶原蛋白、弹性蛋白纤维等生成减少，肌肤慢慢缺乏弹性、松弛，这样毛孔自然也就不再紧致，从而导致毛孔粗大。3与皮肤缺水干燥有关。缺乏水分的皮肤，表现为缺乏滋润、不再饱满，毛孔自然变得明显。正常衰老的皮肤细胞，自然水分流失的速度就更快了。如抽烟、喝酒等不良嗜好都会使皮肤快速进入缺水状态，皮肤老化提早到来，脸部皮肤松弛，毛孔自然变大。

《天然滋养美肤面膜》

编辑推荐

《七彩生活·天然滋养美肤面膜(白金升级版)》：最全面、最科学、最超值的生活指南，省时、省力、省心，快速解决各种生活难题。

《天然滋养美肤面膜》

精彩短评

1、路过新知图书，顺道买到，放了4年都没看。

《天然滋养美肤面膜》

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