

容颜篇



[容颜篇 下载链接1](#)

著者:刘云山

出版者:湖南美术出版社

出版时间:1997-11

装帧:平装

isbn:9787535609328

容颜篇

桃花如面柳如眉。美，是上天
赐给女人的珍贵礼物；可是很少有
人天生丽质，很少有人天生完美。
云想衣裳花想容，哪一个女人不希
望自己青春长驻永远美丽？所以，
对容颜美的追求就成了女人一生永
不消逝的风景。

编者

作者介绍:

目录: 目录

- 一 女为悦己者容
- 二 颜美之本在于吃喝有道
 - 古老的“医食互补”
 - 女性美与微量元素
 - 按时按量进三餐
 - 女性不宜一味素食
 - 饮食有“十戒”
 - 别小看喝水
 - 喝酒喝出来的美容
- 三 皮肤, 容颜美的最大载体
 - 要科学护肤
 - 如何自制面膜
 - 消除皱纹良方
 - 洁肤的方法
- 四 化妆, 使容颜锦上添花的手段
 - 化妆的步骤
 - 颜面各部位的化妆要领
 - 特殊化妆术
 - 不可忽视的卸妆
- 五 容颜美离不开发式的衬托
 - 头发的结构与种类
 - 如何防止头发变质
 - 不同发质的头发的护理
 - 正确的洗头方法
 - 宫廷养发秘方
 - 发型与面部的关系
 - 发型与身材的关系
 - 流行发式
 - 职业与发型
 - 发式造型的格调
 - 发型与气质
 - 发型的保护
 - 发型的梳理与修剪
- 六 秘而不宣的养颜美容术
 - 运动是最好的美容术
 - 情绪是最好的美容师
 - 经前经后善待自己
 - 性和爱情让人美丽
 - 美人是在睡眠中诞生
 - 宫廷养颜秘方五则
 - 手术弥补颜面的不足
 - 出门在外依然美
- 七 美容百科小诊所
 - 斑块癣 粉刺 扁平疣和寻常疣
 - 暗疮 头皮屑 脱发 斑秃
 - 酒糟鼻
- 八 化妆品大观园
 - 化妆品的护肤作用
 - 化妆品的分类
 - 谨慎使用化妆品
 - 化妆品的使用和选择
 - 不花分文的化妆品

家庭常用的化妆用具
· · · · · (收起)

[容颜篇](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[容颜篇](#) [下载链接1](#)

书评

[容颜篇](#) [下载链接1](#)