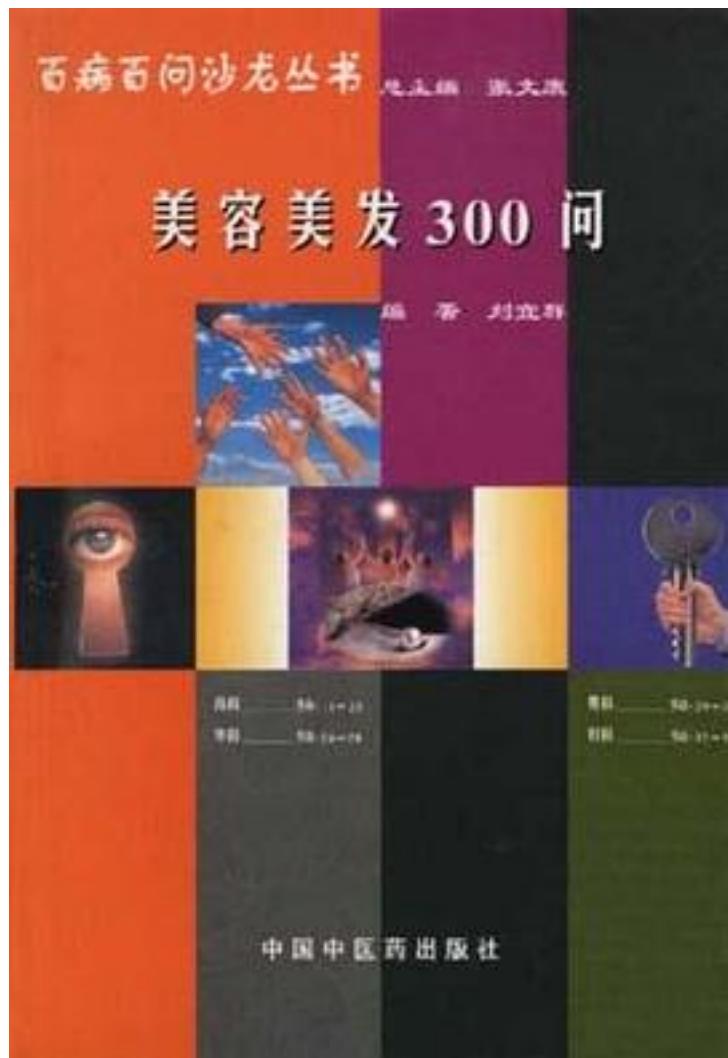


美容美发300问



[美容美发300问 下载链接1](#)

著者:刘宜群

出版者:中国中医药出版社

出版时间:1998-09

装帧:平装

isbn:9787800898754

作者介绍:

目录: 目录

护肤

1. 皮肤的微细结构是怎样的?
2. 皮肤的功能有哪些?
3. 皮肤颜色的来源有哪些?
4. 皮肤有哪些附属器官?
5. 皮脂腺的作用有哪些?
6. 清洁皮肤的作用是什么?
7. 卸妆剂的种类有哪些?
8. 什么是正确的洗脸方法?
9. 深层洁肤的具体方法有哪些?
10. 怎样保养皮肤?
11. 保护皮肤男女有别吗?
12. 如何根据不同的季节对皮肤进行保养?
13. 怎样根据不同部位来保护皮肤?
14. 某些治疗和手术后应该怎样保护皮肤?
15. 化妆品与皮肤过敏的关系是什么?
16. 如何对敏感性皮肤进行养护?
17. 常用的皮肤测试方法有哪些?
18. 皮肤可以分为哪些类型?
19. 如何对干性皮肤进行保养?
20. 如何对油性皮肤进行保养?
21. 如何对中性皮肤进行保养?
22. 中年女性如何保养皮肤?
23. 老年人的皮肤有何特点和如何保护?
24. 不同年龄和类型的人如何选择化妆品?
25. 化妆水的种类及用途有哪些?
26. 什么是乳液类化妆品?
27. 怎样选用减肥化妆品?
28. 洁肤类化妆品的种类及作用是什么?
29. 护肤类化妆品的种类及作用是什么?
30. 治疗类化妆品的种类及作用是什么?
31. 粉饰类化妆品的种类及作用是什么?
32. 如何选用化妆品?
33. 如何保管化妆品?
34. 如何对化妆品进行鉴别?
35. 什么是硬模?
36. 什么是软膜、膏状面膜、啫喱面膜、矿泥面膜?
37. 家庭中常用的面膜有哪些?
38. 什么是蒸气熏面?
39. 面部按摩的作用是什么?
40. 食物纤维有哪些美肤作用?
41. 怎样用指压法进行美容?
42. 如何预防皱纹的产生?
43. 什么是化妆品胶囊?
44. 减少面部皱纹的方法有哪些?
45. 饮食疗法能消除皱纹吗?
46. 蔬菜有哪些护肤美容作用?
47. 水果和干果有哪些美容作用?
48. 豆类、瓜类、花类有什么护肤美容作用?

49. 桃花有什么美容作用?
50. 肉类、乳类、蛋类、海鲜类有什么护肤美容作用?
51. 黑色食品、油类及微量元素有哪些护肤美容功效?
52. 蜂产品有哪些护肤美容功效?
53. 酸奶有哪些美容保健功效?
54. 大蒜有哪些美容功效?
55. 喝水与美容的关系密切吗?
56. 如何自制美容饮料?
57. 什么是光敏物质?
58. 怎样防晒?
59. 什么是紫外线与防晒品?
60. 维生素有哪些护肤作用?
61. 如何用花粥美容颜?
62. 精神疗法与护肤美容有何关系?
63. 环境、与美容有什么关系?
64. 睡眠、疾病与美容有什么关系?
65. 如何防止皮肤干燥?
66. 怎样预防嘴唇干燥?
67. 如何进行颈部的护理?
68. 如何进行手部保养?
69. 沐浴对美容有益吗?
70. 用哪种肥皂洗澡最好?
71. 洗澡的方法有哪些?
72. 冷水浴有哪些健身作用?
73. 冷水浴有哪些注意事项?
74. 什么是桑拿浴?
75. 洗澡有哪些注意事项?
76. 如何在沐浴的过程中进行护肤保健?
77. 影响美容的不良习惯有哪些?
78. 怎样做5分钟脸部健美操?
79. 中年男士如何美肤?
80. 怎样用食醋美容?
81. 怎样用珍珠美容?
82. 怎样制作天然美容品?
83. 怎样选择和使用药性美容化妆品?
84. 什么是化妆品色素?
85. 什么是香精?
86. 体内的酸碱环境与美容有何关系?
87. 高原地区怎样保护皮肤?
88. 休息、睡姿能影响美容吗?
89. 如何自制天然化妆品?
90. 为什么说酵素是美容催化剂?

化妆

91. 脸部化妆的基本原则是什么?
92. 脸部化妆的基本程序是什么?
93. 卸妆应注意哪些问题?
94. 如何卸妆?
95. 什么是面部的“三庭”、“五眼”及凹凸层次?
96. 如何进行立体化妆?
97. 常用的美容工具有哪些?
98. 椭圆形及圆形脸如何进行修饰?
99. 方形及长形脸如何进行修饰?
100. 正三角形、倒三角形和菱形脸如何进行修饰?
101. 粉底的作用及使用方法是什么?

102. 如何进行眉毛的化妆?
103. 不同的眉型如何进行修正?
104. 不同形状额如何进行化妆?
105. 如何进行颌部的化妆?
106. 如何保护及美化眼睛?
107. 眼部化妆品有哪些?
108. 如何搭配眼影色?
109. 怎样画好眼线?
110. 怎样涂眼影?
111. 怎样使用睫毛膏?
112. 怎样使用假睫毛?
113. 肿眼泡、眼袋突出、细眼形、宽眼睑、小眼睛、单眼皮的人如何化妆?
114. 下垂形、吊眼、向心形、离心形及圆眼型的人如何化妆?
115. 不同鼻型如何进行化妆?
116. 如何正确使用胭脂?
117. 如何利用胭脂修整脸型?
118. 如何进行唇部的化妆?
119. 不同唇型如何进行化妆?
120. 怎样选择口红的颜色?
121. 如何进行颈部的保养和化妆?
122. 什么样的唇膏好?
123. 如何进行耳部化妆?
124. 生活淡妆的特点是什么?
125. 新娘妆的特点及化妆方法是什么?
126. 晚宴妆的特点及化妆步骤是什么?
127. 梦幻妆的特点及方法是什么?
128. 指甲有哪些常见病?
129. 如何保护指(趾)甲?
130. 如何修剪指甲?
131. 如何正确地使用指甲油?
132. 怎样使用人造指甲?
133. 如何正确地使用香粉?
134. 你了解香水吗?
135. 怎样选择香水?
136. 怎样保存香水?
137. 怎样使用香水?
138. 夏季如何化妆?
139. 春秋季如何化妆?
140. 冬季如何化妆?
141. 生活妆如何改为晚妆?
142. 不同肤质的人如何化妆?
143. 戴眼镜的妇女如何化妆?
144. 中、老年女性如何化妆?
145. 白头发的亚洲妇女如何化妆?
146. 化妆应注意的问题有哪些?
147. 如何检查化妆效果?
148. 如何保持化妆效果?
149. 应该养成怎样的美容习惯?
150. 如何进行快速卸妆?
151. 如何用化妆体现个性?
152. 美容化妆过程中应注意哪些问题?

- 153. 头发的构造特点怎样的?
- 154. 头发的生理包括哪些内容?
- 155. 什么是头发护理的基本方法?
- 156. 头部按摩的基本方法是什么?
- 157. 怎样正确地梳理头发?
- 158. 发型常用的梳理工具和方法有哪些?
- 159. 你的洗头方法正确吗?
- 160. 怎样做发型,各种发型的特点是什么?
- 161. 如何保护头皮和头发?
- 162. 头发染烫时会出现哪些化学变化?
- 163. 如何染发?
- 164. 如何烫发及保护发型?
- 165. 不同季节如何护发?
- 166. 如何使毛发保持健康?
- 167. 如何防治白发?
- 168. 治疗毛发早白有哪些食疗方及民间验方?
- 169. 斑秃者怎样进行防治?
- 170. 头皮屑过多的养护方法是什么?
- 171. 如何选择适宜的发型?
- 172. 假发的种类有哪些,如何使用及保养?
- 173. 如何进行发帘和直发的梳理?
- 174. 如何进行卷发的梳理?

洁齿

- 175. 如何保持牙齿健康?
- 176. 如何正确刷牙、洗牙?
- 177. 如何正确地选用洁牙品?
- 178. 食品营养和口腔保健的关系是怎样的?
- 179. 氟与口腔保健有何关系?
- 180. 牙齿变色着色的原因是什么?
- 181. 怎样选择和使用假牙?
- 182. 牙齿畸形如何进行矫正?
- 183. 变色着色牙如何进行美容修复?
- 184. 如何进行牙齿的美容?

医学与美容

- 185. 什么是医学美容学?
- 186. 医学美容学的实施范围包括哪些?
- 187. 什么是中医美容?
- 188. 中医美容和生活美容、医学美容有何联系和区别?
- 189. 中医美容和其他学科的关系如何?
- 190. 中医美容学的研究意义是什么?
- 191. 中医美容学的研究范围是什么?
- 192. 中医美容有何特点?
- 193. 中医美容可以分为哪几类?
- 194. 粉刺是如何形成的?
- 195. 如何用中医的方法对粉刺进行治疗?
- 196. 如何防治粉刺?
- 197. 什么是皮肤色素斑?
- 198. 如何防治黄褐斑?
- 199. 什么是雀斑?
- 200. 如何对雀斑进行针灸、经络治疗?
- 201. 什么是痣?
- 202. 黑眼圈是如何形成的及如何养护?
- 203. 如何对中老年人进行纹眉?
- 204. 什么是纹眉术?

- 205. 什么是纹眼线?
- 206. 怎样消除不理想的眉型、眼线和唇线?
- 207. 纹身的危害有哪些?
- 208. 什么是电眼睫毛?
- 209. 如何选择双眼皮手术?
- 210. 怎样做双眼皮手术?
- 211. 双眼皮手术后怎样进行护理?
- 212. 出现眼袋怎么办?
- 213. 怎样治疗眼皮的疤痕、上睑下垂和眼睑外翻?
- 214. 常见的畸形鼻如何进行手术治疗?
- 215. 什么是酒窝成形术?
- 216. 什么是耳廓畸形?
- 217. 耳廓畸形如何进行手术治疗?
- 218. 什么是皮肤磨削术?
- 219. 皮肤磨削术常见的并发症有哪些?
- 220. 什么是隆乳术?
- 221. 乳房美的标准是什么?
- 222. 如何进行乳房保健?
- 223. 什么是乳房发育不良?
- 224. 如何正确地使用乳罩?
- 225. 怎样进行胸部健美锻炼?
- 226. 当代形体美的标准是什么?
- 227. 如何防治肥胖?
- 228. 肥胖可以分为哪几类?
- 229. 常用的减肥方法有哪些?
- 230. 胖人宜吃哪些肉类?
- 231. 主食怎样制作有利于减肥?
- 232. 什么是中式指按减肥法?
- 233. 什么是吸脂减肥法?
- 234. 如何对吸脂减肥术的常见并发症进行防治?
- 235. 什么是运动减肥?
- 236. 什么是饮食减肥法?
- 237. 什么是药物减肥法?
- 238. 什么是热能抽脂减肥法?
- 239. 如何用热水浴与桑拿浴进行减肥?
- 240. 常用的内服护肤美容名方有哪些?
- 241. 哪些中草药制剂与验方有护肤美容作用?
- 242. 哪些内服中药有护肤美容作用?
- 243. 常用的中医美容外用方有哪些?
- 244. 面部美容按摩常用的穴位有哪些?
- 245. 皱纹产生的原因是什么?
- 246. 颜面晦暗、粗糙的原因是什么?
- 247. 如何预防皮肤衰老?
- 248. 面色苍白的女性如何食疗?
- 249. 虚性水肿的女性如何食疗?
- 250. 面部五官与脏腑有何关系?
- 251. 什么是气功美容?
- 252. 什么是保健美容?
- 253. 脱发的原因及治疗方法是什么?
- 254. 什么是中医美容保健装饰法?
- 255. 什么是损美性疾病?
- 256. 什么是治疗美容?
- 257. 贫血影响美容吗?
- 258. 口臭的原因是什么?

- 259. 如何防治狐臭?
 - 260. 如何防治灰指甲?
 - 261. 如何治疗扁平疣?
 - 262. 怎样防治颜面的“桃花癣”?
 - 263. 白癜风如何防治?
 - 264. 在护肤美容方面有哪些物理疗法?
 - 265. 什么是激光美容?
 - 266. 超声波美容仪的工作原理及功能是什么?
 - 267. 超微电流除皱仪的原理及作用是什么?
 - 268. 药物对美容和形体有影响吗?
 - 269. 药浴有哪些作用?
 - 270. 什么是脱毛?
 - 271. 女性长胡子怎么办?
 - 272. 怎样用医学方法延缓和消除皱纹?
 - 273. 头发干枯的养护方法是什么?
 - 274. 什么是气功按摩美容术?
 - 275. 什么是淋巴引流按摩美容法?
 - 276. 什么是音乐按摩美容疗法?
 - 277. 什么是香氛美容?
 - 278. 什么是形象设计?
 - 279. 经期如何美容?
 - 280. 自然美容疗法有哪些?
 - 281. 体型消瘦的人如何健美?
 - 282. 什么是美容胶原?
 - 283. 什么是美乳化妆品?
 - 284. 如何塑造美丽的双腿?
 - 285. 太阳辐射对人体健美有何影响?
 - 286. 女性不同年龄期的护肤饮食要求有哪些?
 - 287. 女性各个时期的乳房如何进行保护?
 - 288. 如何进行脚部护理?
 - 289. 怎样使腹部健美?
 - 290. 怎样使腰部健美?
 - 291. 新一代美容电器有哪些?
 - 292. 菠菜有哪些养颜美肤功效?
 - 293. 护肤有哪些常见的错觉?
 - 294. 什么是水美容?
 - 295. 怎样根据面色安排食疗?
 - 296. 身体异味是如何产生的?
 - 297. 身体异味如何清理?
 - 298. 如何用化妆品延缓皮肤衰老?
 - 299. 皮肤有那些传染病?
 - 300. 当今时尚美容的潮流是什么?
- · · · · (收起)

[美容美发300问](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[美容美发300问 下载链接1](#)

书评

[美容美发300问 下载链接1](#)