

青春美容



[青春美容_下载链接1_](#)

著者:

出版者:山西教育出版社

出版时间:1993-03

装帧:平装

isbn:9787544001281

作者介绍:

目录: 目 录

前 言

一 美化你的面容

1.什么样的脸型才是美的?

2.怎样保护你的面容? 怎样使你的面容更加光泽
细嫩、容光焕发?

3.怎样美化你的面容?

(1) 端庄美 (2) 甜韵美 (3) 文秀美

(4) 淡雅美 (5) 华艳美

4.生活美容的方法和步骤

(1) 上底油清洁皮肤 (2) 打底色 (3) 在底彩
上轻敷一层透明淡肉色薄粉 (4) 打胭脂 (5) 打
眼影粉 (6) 画眼睛 (7) 睫毛的美化 (8)

眉毛的修饰和美化 (9) 脸上高光部位的处理

(10) 人中的修饰 (11) 美化你的嘴唇 (12) 扑
施薄粉定妆

二 护理性美容

- 1.怎样减少面部的皱纹？
(1) 手工按摩减除皱纹 (2) 电动按摩减除皱纹
(3) 红外线美容灯美容减皱 (4) 面膜 美容水和冷水减除皱纹

2.为什么脸上会长粉刺？长了粉刺怎么办？

3.雀斑的产生和消除

4.美人痣要除掉吗？

5.脸部皮肤过敏的发生与防治

6.多毛姑娘不必苦恼

7.你的牙齿洁白细密吗？

三 保护好你的青春华发

1.头发的构造

2.头发的性质

(1) 粗硬的头发 (2) 直硬的头发 (3) 柔软的头发 (4) 服贴的头发 (5) 纤细稀少的头发

3.头发的洗涤和梳理

4.头发的病态及其养护

(1) 脱发 (2) 岔发 (3) 断发 (4) 白发

(5) 讨厌的头皮屑

5.发型和脸型如何匹配

6.发型和脖颈的关系

7.发型和帽子的选择

8.发型和耳饰 头饰的配合

9.染发种种

四 眼镜的装饰和美容作用

1.眼镜的色彩、质地、样式和美容的关系

2.镜片色彩的选择

3.隐形眼镜

五 使你的手更秀美

1.什么样的手才算健康的美的？

2.手的劳动养护

3.你喜欢选择什么样的手套？

4.你的指（趾）甲好看吗？你会美化自己的指（趾）甲吗？

5.美化手的饰物——戒指和手镯

(1) 你会戴戒指吗？ (2) 戒指 手镯和其它金银饰物的保养

六 服饰美

1.服装的色彩、纹饰、样式和精神 气质风度及文化艺术素养的关系

2.体形美和服装色彩、纹饰、样式的关系

3.颈项饰物、胸花 领花的选择和佩戴

4.服装和革履

七 食疗美容和水美容

1.头皮屑过多应多食碱性食物

2.保持头发的光泽滋润应多吃海藻类食物

3.头发枯黄应吃什么？

4.白发防治

5.皮肤干燥、粗糙应多吃富含维A的食物

6.贫血的食疗

7.西红柿的美容医疗价值

8.世界上最廉价的健美剂——水

八 古人饰美拾零

1.米粉敷面

- 2.用铅粉敷面
 - 3.珠玉穿耳
 - 4.假髻
 - 5.剃眉画眉……
- 九 民间美容单方集锦

- 1.治疗头发干枯
- 2.治疗脱发
- 3.治疗头发稀少
- 4.羊粪的妙用
- 5.治疗少白头
- 6.治疗雀斑
- 7.清除汗斑
- 8.染指（趾）甲
- 9.鸡蛋清搽脸

十 家庭美容制作

- 1.营养性蛋清面膜的制作
- 2.有漂白作用的面膜的制作
- 3.果汁面膜的制作
- 4.油性面膜的制作
- 5.剥离型面膜的制作
- 6.毛发促进剂的制作
- 7.清洁敷面剂的制作
- 8.蜂蜜蛋白剂的制作
- 9.红茶麦麸混合液的制作

十一 电器美容工具简介

- 1.电热梳类
- 2.电热钳类
- 3.吹风机类
- 4.多功能美发器类
- 5.帽式烘发器类
- 6.电动美容按摩器类
- 7.红外线美容灯
- 8.皮肤清洁器
- 9.超声波洗脸器

• • • • • ([收起](#))

[青春美容_下载链接1_](#)

标签

评论

[青春美容_下载链接1_](#)

书评

[青春美容_下载链接1_](#)