

我美我颜



[我美我颜 下载链接1](#)

著者:张小群/方意平编

出版者:湖北人民出版社

出版时间:2004-8

装帧:简裝本

isbn:9787216040051

同样是女人，为什么有的白里透红，似出水芙蓉；有的面黄肌瘦，如蒙尘树叶；有的满脸岁月痕迹，面皮粗糙，鱼尾凸现，眼袋臃肿……有的却看似婴儿的皮肤，永葆细嫩光滑，鲜艳可人。

道理很简单，重在保养。女人20岁开始皮肤就逐步走向衰老，这是科学研究得出的结论。因此，过了20岁，女人就应该注意细心呵护自己的肌肤。

延缓肌肤衰老有没有什么秘诀？有没有办法让容颜青春永驻？这正是本书所要告

作者介绍:

目录: 1 美容新主张

美容时间表

美丽肌肤过三关

由内而外的美丽才是真正的美丽

[中年人皮肤保养的三要点](#)

[肌肤的修护](#)

[睡前5分钟保养术](#)

[正确洗脸的步骤](#)

[选择合适的洗脸水](#)

[油性皮肤怎样洗脸?](#)

[皮肤水补美容法](#)

[护肤的18种谬误](#)

[芦荟美容要当心](#)

[时尚体绘有损肌肤](#)

[做一个真正的网络美眉](#)

[运动前](#)

• • • • • (收起)

[我美我颜 下载链接1](#)

[标签](#)

[评论](#)

[我美我颜 下载链接1](#)

[书评](#)

[我美我颜 下载链接1](#)