

基础护肤



[基础护肤_下载链接1](#)

著者:梁庆莉

出版者:广东省出版集团，广东人民出版社

出版时间:2009-9-1

装帧:

isbn:9787218061849

《基础护肤》：不同年龄、不同肤质、不同环境均可找到最适合自己的美肤方法！完美肌肤，从基础护肤开始！

像是一项长远投资，付出多少，它总会丝毫不差地还给你——基础护肤，从做女人的第一天开始，就该持之以恒，默默耕耘，让美丽优雅绽放。

详尽介绍基础护肤的七大步骤！

作者介绍:

目录: Part 1 护肤前奏

肌肤的基本类型

测测你的肌肤属于哪种类型

为何护肤

护肤从何时开始

Part 2 基础护肤步步“奏”

日常护肤基本线路图

日常护肤必备工具

A 卸妆，美丽护肤第一步

最容易误会的卸妆问题

卸妆品，选对才能卸干净

眼部妆

唇部卸妆

脸部卸妆

B 洗脸，干干净净护美肤

千万别误会的洗脸问题

给俏脸蛋选款洗面奶

洗脸前你必须清楚的5点常识

正确洗脸，清洁更靓肤

清洁“草莓鼻”，看招

SOS! 紧急祛痘

C 化妆水，清清爽爽“喝”护肤

最容易误会的化妆水使用问题

你了解化妆水吗

化妆水的使用方法

DIY就是爽

D 面霜，滋滋润润美肌餐

最容易误会的面霜问题

面霜，非选对不可

效果倍加的面霜使用方法

无敌电眼的眼霜秘笈

E 防晒霜，最高级的抗老术

紫外线的表白书

六条必知防晒戒律

选择最right的防晒品

防晒“盔甲”正确涂

夏日防晒三步走

F 去角质，给皮肤来一次大扫除

嫩白肌肤需要定期去角质

去角质品专区

正确去角质还我细嫩皮肤

七种肌肤不适合做去角质

G 面膜，白白净净膜美人

美美面膜屋

面膜的使用方法

一起来做靓靓的SPA面膜

六款DIY功效面膜

Part 3 护肤高潮曲

五种肤质走不同护肤路线

20、30、40、50不同年龄护养有招

四季护肤有重点

特殊时期，特殊护理
一日靓肤时刻表
Part4 基础护肤完美终曲
内外兼修的中国式美肤经
造就完美靓肤的按摩法
必须改掉的13个“毁容”习惯
皮肤最爱吃的养颜圣品
完美靓肤必备养分表
· · · · · (收起)

[基础护肤_下载链接1_](#)

标签

- 科普
- 皮肤
- 生活
- 养生
- 中国
- 11生活
- 04私藏纸质书

评论

第一次打1星。误导人的书不是全篇谬论，而是有一点实事，有一点捏造，把相关性变为因果推断，混在一起得出荒谬的结论。一般人没有专业知识不识真假，再口口相传扩散为谣言。非专业人士千万别读。

[基础护肤 下载链接1](#)

书评

[基础护肤 下载链接1](#)