

# 基础护肤全书



[基础护肤全书\\_下载链接1](#)

著者:夏彬

出版者:中国纺织

出版时间:2011-6

装帧:

isbn:9787506471619

《基础护肤全书》教你了解你的肌肤，影响肌肤状态的因素，不同肤质的日常护理要点，遵循肌肤生物钟的护肤捷径，夜间的清洁和保养，旅行中的护肤要点，生理期护肤贴心提示，娇颜防过敏锦囊……

作者介绍:

目录: Part 1 认识你的肌肤 皮肤的构造 皮肤的生理功能 健康皮肤的标准  
影响肌肤美丽的因素 试着检测你的肤质 不同肤质的日常护理要点Part 2  
遵循时间规律，轻松保养皮肤 身体里的神奇生物钟 不同时间段的肌肤保养  
护肤，因季节而变Part 3 护肤品的选用 选择护肤品应遵循的原则  
你的护肤品用对顺序了吗 关于卸妆 关于洁面乳 关于化妆水 关于乳液 关于面霜  
关于防晒品 关于粉底 护肤品的功能 妥善存放你的护肤品Part 4  
脸部肌肤完美护肤三部曲 完美护肤三部曲之彻底清除污垢 完美护肤三部曲之有效补水  
完美护肤三部曲之有的放矢锁住营养Part 5 肌肤出状况了怎么办 肤色暗淡  
全面抗击青春痘 大油脸 黑头 告别斑点 皮肤粗糙 毛孔粗大 战胜皱纹，你就战胜了衰老  
对抗面部皮肤松弛Part 6 明眸美女在养成 黑眼圈怎么去除 眼袋的形成及消除  
走出眼霜使用的误区 选对睫毛膏，眼睛更出彩Part 7 保养娇艳美唇 双唇的基本呵护  
日常唇部护理 认识唇膏 选对最适合你的唇膏 唇色与肤色的协调统一  
完美唇型的勾勒Part 8 颈部肌肤保养 不可忽视的颈部保养 颈部肌肤如何保养  
颈部润肤产品 预防颈部皱纹的产生Part 9 让你的头发轻舞飞扬 不同发质的梳理方法  
别忘了头发也要防晒 摆脱头皮屑的困扰 头发分叉怎么办 洗发，你洗对了吗 脱发、断发  
染发、烫发时的注意事项 秀发四季养护方案Part 10 手足肌肤护理，让细节也美丽  
手部护理注意事项 简单手部按摩操 指甲的护理 选择指甲油及正确的涂抹方式  
足部的保养要点 足部护肤与放松  
• • • • • [\(收起\)](#)

[基础护肤全书\\_下载链接1](#)

标签

护肤知识

指南

评论

我开始看这类书了，所以我是老了么~

-----  
[基础护肤全书 下载链接1](#)

书评

-----  
[基础护肤全书 下载链接1](#)