

《美白教主》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2011年12月01日

开本：大32开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787540754051

编辑推荐

*实用*欢型*专业*科学的美白保养书，图文兼备，操作简单

内容简介

天生黑肉底能变白吗？

秋冬阴天室内就不需要防晒？物理防晒还是化学防晒？

防晒衣防晒伞防晒霜如何选择？

小麦色时尚表象背后的老化真相是什么？

哪种美白产品又便宜又好用？

既能美白又健康又能减肥丰胸的方法有哪些？

身体不同的部位保养方法有何不同？

让用过市面上几乎所有美白保养产品的美白狂白白教你最正确最科学最实用的方法！因为她的32F身材和吹弹可破的白嫩肌肤不是与生俱来，而是不断努力尝试各种美白产品和方法逐渐从小黑鬼演变出的结果。

作者简介

白白（李依璇）

台湾著名艺人，各大美肌比赛中的冠军。出身中医世家，毕业于台北护理学院护理系，拥有美国护士*。她亦曾是台北护理学院美颜彩妆社创社及社长，不良牛BBS彩妆版、保养版、香水版开版版主。她的32F身材和吹弹可破的白嫩肌肤不是与生俱来，而是白白不断努力尝试各种美白产品和方法逐渐从小黑鬼演变出的结果。这是她十多年来致力于美白的经验分析和首度公开报告。

目录

第一章 美白先修班：肌肤常识

肌夫研究室

黑秘密

白秘密

第二章 美白基础班

防晒

紫外线

化学性防晒

物理性防晒

防晒的选择

第三章 美白密集班

美丽的沐浴时光

敷体diy美白小配方

diy保养品小叮咛

[显示全部信息](#)

媒体评论

美白教主李白白，这本书终于诞生，会保养又爱美的她，要将自己的压箱宝，献给大家和大家分享了。

——畅销作家可蓝

因为追求白这件事，我跟白白一样有着着了魔的执着，也因此成为很好的姐妹淘！从白白身上，我更是偷学到了很多美白的小秘方，不论是暴露在外的皮肤或是只有亲密爱人才能看得见的部分，在书里白白更是掏心挖肺的希望所有读者都能吸收这些白到发亮，白到刺眼，白到全世界都赞叹的经验分享！

——知名艺人 李冠仪

她为什么可以那么白皙动人？为什么？为什么？她为什么身材可以那么好？为什么？为什么？她为什么连脚趾头都那么漂亮？为什么？为什么？对于白白，我有好多的为什么，相信各位也是吧？现在白白要出书了哦，来告诉各位，她是如何维持白皙动人的肌肤，如何可以像她一样从头美到脚，好奇又爱漂亮的朋友们千万别错过了！

——知名艺人 Vicky

在线试读部分章节

白白的保养哲学

一白遮三丑？

白真的会比较好看吗？在东方人的审美观里“白”的确比较吃香，也曾听过多位男性友人说「没有一个男人不喜欢皮肤白的女生」。

姑且不论黑白美丑个人的喜好，黑或白的皮肤在自己身上就可以很清楚看出不同，手臂内侧外侧的颜色和触感，是不是较白的那面皮肤比较滑嫩且保水度很够？

追求好莱坞众影星小麦肌肤色时尚感的同时，别忘了留意他们都看起来比实际年纪超出许多，除了气候干燥外，多是喜爱日晒所引起的肌肤老化，照片上也多半是有上古铜色粉底或涂油在身上才有的效果。

「黑」其实很好看，我也相当心动，只是黄种人很难「黑」的漂亮，想要晒成理想状态可能要把皮肤折磨到多次晒伤，还是只有暗暗的黄。肤质也会因为紫外线伤害变干、粗糙、老化、没有弹性，保湿要不停加强，晒黑肤质还是很好的人是少之又少，所以我宁可将自己继续白嫩，维持这样肌肤的质感，且皮肤很白不等于没血色气色不好，白也可以白里透红，白的健健康康！

如果真的很想晒黑，请求助专业，去人工照紫外线，起码强度是可以调整，而不是曝晒一整天的毒辣阳光吸收多少的紫外线都不知道，且渐进式的比较不会晒伤，但是老化还是会很快，在肌肤保养上面要多加强保湿，还是要提醒大家，紫外线好处并不多，适量就好身体健康比较重要！

酷企鹅变天鹅非难事

当大家看到我第一句话都是「天呀.....妳真的好白唷！妳怎么美白的！快教我！」我想我多年来的努力终于成功了。看得出来吗？从小我都被当小黑，我喜欢游泳晒太阳，非常容易晒黑也不太容易白回来，绝对不是你认为的白肉底，学生时代游泳课晒出的「国王」的泳装足足穿在我身上穿了五年，我靠的是后天努力保养白回来的。

这辈子很少遇到有人是完全晒不黑的体质。这几年的紫外线毒辣，身边每位白肉底晒不黑的白雪公主们都一个个晒黑了，就算没有变很黑也留下肤色不均斑斑点点，近看肌肤变的粗糙失去张力。年轻肌肤上也许还看不出来紫外线伤害的痕迹，是时候未到。这一点一滴都在慢慢累积，多年后悔不当初要付出更大的代价还不一定换得回青春！

天生白的人不做好防晒就像是家财万贯，不懂理财、任意挥霍仍有坐吃山空的一天。

拥有美丽要以健康为基础

[显示全部信息](#)

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)