

《美容美肤妙招1668》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2009年03月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787538439533

丛书名：健康生活图书系列

编辑推荐

1668种美容妙招，成就您的完美肌肤！

内容简介

《美容美肤妙招1668》一书汇集多方的资源编写而成。在日常护理中，牵扯到肌肤养护的时候，我们往往是首先去挑选护肤产品，而没有想到如何挑选。看产品说明上有自己需要的一项，就会买回家，但是却往往不对症。其实，每个人因年龄和肌肤特征的不同，对护肤品的需求也是不一样的，只有按照自己的需要来选择，才能起到更好的效果。其次，有些人喜欢自己制作天然的护肤产品，却没有分析过是否适合自己，也从来没有想过如何选择适合自己的方式，甚至于对这些所谓“天然”的原料都没有做深入的研究，就直接拿来使用，效果自然是差强人意的！更有些女性在经历人生的重大阶段，诸如经期、孕期、更年期等，往往会忽略这一阶段的保养，不知道自己这个时期该如何做，不该如何做。

如果您为容颜的呵护和肌肤的护理犯难时。如果您不知道自己该如何选择适合自己的护理方式时，如果您为不知道该购买哪方面的护肤品才有效，或者您觉得自己制作护肤品也很好的时候请您拿起本书寻找答案吧！本书不仅能成为您容颜养护和肌肤护理中的*美容师，同时还能为您的美丽和健康带来更多乐趣和知识。

目录

PART1 肌肤特殊养护小窍门

1 肌肤保湿小窍门

肌肤保湿因人而异

保湿产品分类挑选

日常滋润从补水开始

如何补水最得宜

2 肌肤美白小窍门

防晒是美白的第一步

自己动手打造美白

天然美白小妙招

美白困惑一一解答

3 肌肤控油小窍门

确定出油的原因

日常控油小窍门

分类控油有必要

走出肌肤控油误区

4 肌肤排毒小窍门

了解肌肤的基本状况

饮食排毒小窍门

运动排毒小窍门

新型的排毒方法

肌肤排毒误区分析

5 肌肤祛痘小窍门

6 肌肤祛皱小窍门

PART2 不同人群肌肤养护小窍门

1 青春少女时期肌肤养护小窍门

2 熟女转变时期肌肤养护小窍门

3 经期肌肤养护小窍门

4 孕期肌肤养护小窍门

5 产乳期肌肤养护小窍门

6 更年期肌肤养护小窍门

PART3 一天中不同时段肌肤养护

1 早晨肌肤养护小窍门

2 中午肌肤养护小窍门

3 下午肌肤养护小窍门

4 晚上肌肤养护小窍门

在线试读部分章节

PART1 肌肤特殊养护小窍门

1 肌肤保湿小窍门

加湿器的使用是很有讲究的，使用得当能提供给我们一个舒适的环境。

使用加湿器要注意，加湿器最好放在0.5米~1.5米高的稳定平面上，远离热源、腐蚀物和家具等，要避免阳光直射；加湿器不要空箱使用，搬动时要将水箱中的水放掉，不得倒置，在使用的过程中应使用低于40摄氏度的清洁水。

加湿器的清洁也很重要，不同的加湿器也有不同的保养方法，超声波加湿器最好定期使用专用加湿器清洗液或白醋清洗；电热式加湿器需定期清洗水箱中的水垢；纯净式加湿器只需每1~2年换一次蒸发器、过滤网即可。清洗时不能将机器放入水中，清洗水温不得超过50摄氏度，不要用硬物刮除水垢，不要用洗涤剂、煤油、酒精等清洗机身和部件。如果长时间不使用加湿器时，应将水槽、水箱中残留的水倒掉，将各部分清洗、擦干晾干后再装入原包装箱收藏。

.....

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)