

《美白101个小窍门》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2008年10月01日

开本：24开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787564014872

编辑推荐

美白小窍门，健康肤色的大文章；美白小窍门，帮你留住娇美容颜。

内容简介

俗话说：一白遮百丑。无论男女，拥有白皙的肌肤就等于捕获了美丽。

爱美之心，人皆有之，每个人都会羡慕拥有白皙肌肤的人。但并不是每个人都天生拥有雪白的肌肤，即使这样，你也不需要感到懊恼：因为后天的美白保养同样会让你拥有白皙的肌肤，让你成为梦想中的“白雪公主”或“白马王子”……

美白需要一些具体的方法和小窍门。多种多样的美白方法使美丽成为一种时尚的生活体验，同时也为你在追求美丽的过程中增添了许多生活乐趣。

101个美白小窍门让你根据自己的肌肤特点，选择适合自己的美白方式。

本书从14个方面对美白方法进行了分类介绍：四季美白、时尚美白、去角质美白、去黑头美白、美白防晒、美白祛斑、美白保湿、排毒养颜、祛痘美白、面膜美白、西医美白、饮食美白、汁饮美白。每章都从1个方面推荐几种具体的美白方法，详细讲解了美白的小窍门。人们可以根据自己的具体情况来选择适合自己的美白方法，达到美白肌肤的目的。

目录

Part 1 四季美白好方法

早春牢记5个最基础的护肤步骤

春季巧用矿泉水美白

春季美白5大魔法

夏末用印度土法急救你晒伤的肌肤

干燥秋季，洁面用好3种纸

Part 2 时尚美白小窍门

美白生活小细节

对抗色斑超有效的美白宝贝

养成美白好习惯

薏米的神奇

红糖美白的奥妙

熬夜也有好肌肤

4个窍门让你白得彻底

洗出一张漂亮的脸

Part 3 去角质，“代谢”你的黑皮肤

去角质——仲夏肌肤嫩滑的秘诀

4款去角质产品大比拼

5种情况下皮肤不适合去角质

安全去角质，皮肤细腻又光滑

不同肤质去角质方法也不同

护唇小妙招

Part 4 去黑头与拯救毛孔粗大的完全对策

去黑头 + 收缩毛孔知识问答

去黑头步法

有效去除黑头全方位新方法

痘痘、黑头快速根治的奥秘

美白：清洁 + 控油 + 保湿 = 零毛孔

4种粗大毛孔的成因及解决方法

20岁美女收缩毛孔的正确做法

粗大毛孔不要使用收敛护肤产品

毛孔粗大的大雷区

Part 5 防晒，美白肌肤的第一步

10条全年通用的基础防晒小秘笈

晒后的美白保养

涂抹防晒霜应注意的问题

种错误方法让你的脸晒伤变黑炭

怎样选择一款适合的防晒霜

清洗防晒霜最好使用卸妆产品

暴晒一整天肌肤该如何保养

有车族的防晒攻略

白皙肌肤打造技巧

Part 6 防衰抗皱，红颜不老的秘方

电脑族：防衰抗皱妙招

大错误细节阻碍皮肤变白

各年龄肌肤抗衰美白全攻略

种水果帮你抵抗衰老，轻松变白

眼角、嘴角护理妙法

运动让你由内而外白得彻底

红颜不老招

Part 7 美白祛斑，打造完美肌肤

Part 8 美白保湿，保湿美白出奇效

Part 9 排毒养颜：美白先排毒

Part 10 祛痘美白，消除痘印，还你光洁肌肤

Part 11 面膜美白，最亲肤、最高效

Part 12 西医美白，西方美白疗程方法

Part 13 饮食美白，细嫩肌肤吃出来

Part 14 汁饮美白：喝出好肌肤

在线试读部分章节

Part 1 四季美白好方法

早春牢记5个最基础的护肤步骤

第4步：选择春季型护肤品

进入春季后，许多女性仍然使用冬季的护肤产品，这是错误的。因为春天天气逐渐变暖，皮肤血管和毛孔也随之扩张，皮脂分泌比冬季旺盛许多，此时肌肤最需要的就是补水。一些含油脂成分较低的霜剂就比较适合在春季使用，除此之外，粉底的选择也要注意使用干湿两用型，避免脸部肌肤出现油腻；晚间使用水质的保养品也有利于皮肤得到充分休息。

第5步：保持好习惯、好状态

最后一步是要养成良好的生活习惯。饮食和睡眠都与皮肤的状态相关，油腻、刺激性强的食物应该少食用，应多吃维生素含量高的食物；充足的睡眠可以让皮肤更好地休息，另外经常锻炼身体、保持心情舒畅也是呵护皮肤的好方法。

春季巧用矿泉水美白

春天皮肤容易缺水，气候的变化还会导致黑色素在脸上堆积，这时候就要注意肌肤的美白保湿工作了。但昂贵的美白保湿化妆品让很多人望而却步，此时你不妨试一试矿泉水美白保湿法。这种方法既便宜、简单，效果又好，还能让你的肌肤远离干燥与黑色素，下面就介绍几种效果显著的矿泉水美白方法：

矿泉水珍珠眼霜

矿泉水珍珠眼霜对皮肤老化有抵抗作用，能够促进眼部的血液循环、保湿肌肤、预防皱纹及黑眼圈产生。矿泉水珍珠眼霜适用于各类肤质，制作方法也比较简单，且成本大约为10元，经济实惠。

.....

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)