

# 《美丽俏佳人：明星们都在用的美丽之道》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2011年07月01日

开本：24开

纸张：铜版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787540450045

## 编辑推荐

### 1、明星界的造型师小P+

亚洲众多明星追捧的造型大师KEVIN+彩妆“维纳斯”，华人\*知名的时尚彩妆天后游丝棋+娱乐圈炙手可热的著名造型师梅林，四大\*\*专家轻易不外传的美丽秘方。

### 2、皮肤保养+美体瘦身+DIY精油美丽配方+彩妆造型+美丽装扮，全方位帮你打造美丽

### 3、超值赠送静佳魔法面膜1张合10元静佳品牌代金券，精彩好礼不容错过！

## 内容简介

完美肌肤、美体塑形、芳香生活、魅力彩妆，一本全方位破解美容、美体、美妆问题的美丽时尚宝典！70多种独家美丽秘籍，30多种精油的完美塑身使用方法，20多种美妆技巧，汇集最独家的明星专家美丽秘籍，由著名芳香疗法大师、心理专家金韵蓉，著名造型师小P、梅林，彩妆造型师KEVIN四大\*美容高手手把手传授，全方位帮你搞定各种美容问题！

## 作者简介

### 李静

著名节目主持人、制作人，东方风行传媒创始人。镜头前，她是毫不掩饰个性的女主播，她一手缔造的《美丽俏佳人》《超级访问》《非常静距离》《我爱每一天》等节目红遍大江南北。镜头后，她成功打造了“静家族”、乐蜂网LAFASO、静佳Jplus等成功品牌，成为时尚女性生活方式的领袖。生活中，她用一个人的感受诠释着幸福的定义。在多重身份中，她切换得游刃有余，成为大众心目中现代女性的新典范。

## 目录

### 写在前面

皮肤篇 揭秘女明星的驻颜术

美白才是王道，蛋白肌养成术

哪种美白成分最适合自己的

肌肤诊室典型案例

去除角质，打通肌肤美白通道

保湿补水，加快肌肤美白进程

促进代谢，加速黑色素的排除

全面美白答疑课堂

打响熟女真假皱纹“阻击战”，细纹靠边站

如何区分真假皱纹

分区抗皱法，灭掉幼纹

提拉、紧致肌肤的“明星们”

轻熟女老化指数自测

[显示全部信息](#)

## 前言

《美丽俏佳人》是所有女性的“知心朋友”

经常有人问我说：“你做了那么多节目，哪个对你的帮助最大？”凭私心讲，我首推《美丽俏佳人》。因为这个节目改变了我的很多习惯，也让我获得了很多美学经验和护肤之道。我会经常得意洋洋地让别人猜我的年龄，而且我有信心，再过十年，我依然会像今天一样充满自信。试想，如果没有这个节目，我现在会是什么模样呢？想都不敢想。电视圈的人都说我是“长寿制作人”，《超级访问》到今年已经有十一年了，《美丽俏佳人》也迈进了第六个年头。也许是我懂得与时俱进，也许是观众给了我太多包容，所以节目走到现在还没

“挂”，这就是一大幸事。

《美丽俏佳人》在刚“出道”时并不被大家看好，如此小众的节目，怎能登上大雅之堂？现在，各种质疑不攻自破。在我看来，即使再过年，这档节目还有得做，因为大家对美的追求是没有止境的，一批又一批走出校园的学生们又成了《美丽俏佳人》新的追随者。无论是在装扮、情感方面，还是与职场有关的，我们都可以跟女性分享更多有益的经验。而且，《美丽俏佳人》的定位绝不仅仅是一档美妆类节目，它是所有女性的“朋友”，我们也愿意为各位爱美的女性奉上一道特别美味的心灵鸡汤。

## 在线试读部分章节

### 哪种美白成分最适合自己的

虽然都是美白保养品，可不同的成分对肌肤的作用也不尽相同。美白效果大致可分为三种：“抑制”“淡化”及“排出”形成斑点的黑色素。根据日本相关权威组织鉴定，安全有效的美白成分一共有10种。至于哪一种成分最适合自己的皮肤或色素斑类型，请你至少先用一个月，与皮肤“商量”过后再做决定吧！

美白成分真正起作用至少需要一个月时间。先以皮肤新陈代谢的周期28天为观察期，如果你确实感觉肤质产生了变化，请持续保养两至三个月。没错，“持续就是力量”。此外，如果你针对各个年龄层较容易长斑的部位做精确定位保养，效果会事半功倍。

专家认定的10种安全有效的美白成分：

熊果苷、丁基间苯二酚、鞣花酸、洋甘菊萃取、胎盘素、维生素C诱导体、亚麻油酸、传明酸、t-螺旋杆状氨基酸诱导体、厚朴酚。

### 分区抗皱法，灭掉幼纹

据调查，网友最关心的面部细纹中，能让你显老20岁的抬头纹排在了第一位，接着是能让你

显老10岁的法令纹，而能让你显老5岁的眼角纹则排在了第三。怎样才能灭掉这些让人闹心

的细纹呢？

### 鱼尾纹攻坚战

出现区域：眼周。

表现症状：眼睛下方肌肉出现松弛，黑眼圈、眼袋问题越来越严重。最糟糕的是，细微的鱼尾纹也出现了。

主要成因：睡眠不足，受到电脑辐射等因素的影响，黑眼圈、眼袋问题会日渐加重。如果眼睛长期得不到休息和保养，就会出现鱼尾纹。

对策：1.定期做局部保养。

眼部肌肉要定期做保养，1周敷眼膜两次。

2.避免过度拉扯眼皮。

长时间用眼后，不宜用手揉眼睛；化妆和卸妆时，动作要轻柔，不能过度拉扯眼皮；另外，必须选用柔和、无刺激性的卸妆水，才能避免刺伤眼部周围的细腻皮肤。

[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)