

<<健康美白天然面膜DIY>>

图书基本信息

书名：<<健康美白天然面膜DIY>>

13位ISBN编号：9787229015442

10位ISBN编号：7229015448

出版时间：2012-1

出版时间：重庆

作者：何琼

页数：120

版权说明：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：<http://www.tushu007.com>

<<健康美白天然面膜DIY>>

内容概要

不用花大笔的金钱，也没有繁琐的程序，却能得到比使用昂贵的名牌护肤品还要好的效果，这便是自制美肤面膜的诱人之处。

充分利用大自然的恩惠，使皮肤吸收天然精华，摒弃一大堆含有化学成分的护肤品，在各种水果和源于植物的精油中寻求美白护肤的营养成分和各种元素吧，如此健康的美肤法是最符合现代人生活方式的选择。

书中收录了上百种利用天然蔬果、芳香精油做成的面膜，每款面膜都有其详细材料、做法、功效、使用方法的介绍，让你的所有“面子”问题都能轻松解决，打造出莹透美肌！

<<健康美白天然面膜DIY>>

作者简介

何琼，国家级高级造型技师，国际造型业协会高级会员，国家级化妆师资格鉴定评委，CCTV中国国际造型师大赛特邀评委，中国各大知名杂志特约造型师，武汉天姿美容发型化妆学校的造型技术总监。

<<健康美白天然面膜DIY>>

书籍目录

Part 01 天然面膜，让你的肌肤永远18岁

纯天然健康护理，认识手工面膜

了解面膜的奇迹修复魔力

面膜DIY，亲手制造纯天然的美肤品

两种测试法，了解自己的肤质

不同肤质最爱的DIY面膜

面膜选择因年龄而异

面膜DIY的四季法则

掌握肌肤生物钟，把握面膜最佳时

基础护理，敷面膜前的准备工作

深层清洁，面膜护肤从洁面开始

面面俱到，牢记洁面小贴士

完美卸妆，不同肌肤的零负担准备

洁面用品使用与选择

巧手去角质，增强面膜功效

选择合适的去角质产品

花样“膜”法，给你的肌肤加分

DIY常用工具排排坐

三大标准帮你巧选面膜纸

面膜用水，纯净不是唯一标准

面膜用粉，精挑细选有章法

通经开穴，敷面膜前妙手辅助按摩

轻松面膜护理五部曲

巧手敷面膜，小动作有大讲究

你有这些DIY面膜误区吗？

...

DIY面膜使用方法常见问题Q&A

Part 02 清洁去角质面膜，瞬间绽放水润光彩

1. 肌肤润透，离不开彻底清洁

2. 清洁去角质面膜常用材料大公开

3. 清洁去角质面膜注意事项

绿豆粉去角质面膜

蜜桃燕麦去角质面膜

黄瓜芦荟去角质面膜

燕麦果奶去角质面膜

番茄菊花面膜

椰子汁蜂蜜面膜

精盐酸奶面膜

红豆酸奶去角质面膜

绿茶燕麦面膜

绿茶粉蛋黄面膜

绿豆蛋清面膜

树莓牛奶面膜

柚子燕麦面膜

洋甘菊舒缓去角质面膜

<<健康美白天然面膜DIY>>

香蕉蜂蜜面膜

天然木瓜抗敏面膜

Part 03 补水保湿面膜，缔造润白水美人

1.面膜保湿，效果最快最稳定

2.保湿补水面膜常用材料大公开

3.保湿补水面膜使用注意事项

番茄杏仁面膜

苹果蛋黄面膜...

红糖蜂蜜保湿面膜

番茄蜂蜜面膜

黄瓜蛋清补水面膜

黄瓜蛋黄面膜

香蕉牛奶燕麦蜜面膜

酸奶蜂蜜面膜

胡萝卜酸奶面膜

海藻牛奶面膜

胡萝卜白苺面膜

糯米饭面膜

杏仁蛋清面膜

花生酱面膜

红酒珍珠粉面膜

丝瓜汁面膜

西瓜蛋清面膜

橄榄油蜂蜜面膜

银耳面膜

桃子葡萄面膜

橙花润肤面膜

豆腐牛奶保湿面膜

玫瑰蓝莓润肤面膜

玫瑰橙花茉莉保湿面膜

洋甘菊玫瑰补水面膜

奶酪薰衣草保湿面膜

红茶琼脂面膜

甘菊抗敏面膜

Part 04 美白淡斑面膜，神速变成“白雪公主”

1.美白淡斑，与色素的攻防战

2.美白淡斑面膜常用材料大公开

3.美白淡斑面膜使用注意事项

柠檬燕麦蛋清面膜

柠檬酸奶面膜

石榴水面膜

大米薏仁面膜

豆腐酵母面膜

番茄奶粉面膜

木瓜酸奶面膜

木瓜柠檬面膜

珍珠芦荟面膜

<<健康美白天然面膜DIY>>

芦荟黄瓜鸡蛋面膜
芦荟晒后修复面膜
芦荟保湿美白面膜
珍珠粉薰衣草美白面膜
珍珠粉修复美白面膜
猕猴桃蜂蜜面膜
梨子柠檬亮白面膜
苦瓜面膜
冰葡萄面膜
牛奶酵母美白面膜
豆苗牛奶面膜
珍珠豆粉面膜
粉蜜抗皱面膜
黄瓜白芷美白面膜
白芷蜂蜜美白面膜
精油燕麦面膜
酸奶麦片面膜
香蕉橄榄油面膜
玫瑰檀香面膜
红石榴牛奶面膜
红薯苹果芳香修复面膜
柚粉面膜
菜花粥面膜
Part 05 控油祛痘面膜，让肌肤畅快呼吸
1.控油祛痘面膜，实现清爽无瑕美肌
2.控油祛痘面膜常用材料大公开
3.控油祛痘面膜使用注意事项
芦荟蜂蜜面膜
绿茶芦荟面膜
绿茶橘皮粉蛋清面膜
小苏打牛奶面膜
土豆牛奶面膜
白醋面膜
蒜蜜面膜
土豆橄榄油面膜
玫瑰黄瓜面膜
薏米冬瓜仁面膜
香芹酸奶面膜
茄皮面膜
益母草黄瓜面膜
菠萝金银花祛痘面膜
土豆金银花祛痘面膜
薰衣草黄豆粉面膜
香蕉奶酪祛痘面膜
椰汁芦荟绿豆粉面膜
大蒜面粉抗痘面膜
玉米粉牛奶祛痘面膜

<<健康美白天然面膜DIY>>

蛋清米醋抗痘面膜

薏米百合控油面膜

燕麦珍珠粉茶叶面膜

猕猴桃面粉抗痘面膜

甘菊薰衣草消痘面膜

番茄蛋清燕麦粉面膜

柠檬草佛手柑抗痘面膜

薄荷牛奶清肌面膜

Part 06 抗衰紧肤面膜，只要青春不要“皱”

1.抗衰老面膜的紧致原理

2.抗衰老面膜常用材料大公开

3.抗衰老面膜使用注意事项

自制胶原蛋白面膜

蛋清蜂蜜面膜

鲨鱼油面膜

蜂蜜杏仁面膜

玉米绿豆紧致面膜

柠檬蛋清紧肤面膜

奶酪蛋清紧致面膜

红薯酸奶紧致面膜

咖啡蛋清杏仁紧致面膜

蜂蜜小苏打紧肤面膜

燕麦紧致面膜

蜂蜜牛奶紧致面膜

葡萄木瓜紧肤面膜

蛋黄橄榄油紧肤面膜

维C黄瓜紧肤面膜

红豆泥紧肤面膜

菠菜珍珠粉面膜

黑布朗蜜橄榄油面膜

附录 局部面膜，靓肤无微不至

眼膜

唇膜

鼻膜

颈膜

<<健康美白天然面膜DIY>>

章节摘录

版权页：插图：对于敏感肤质的人来说，任何微小的刺激都可能引起皮肤的不适。

如果皮肤表面不洁物没有及时清除，这些不洁物就会被氧化，成为刺激皮肤的源头。

敏感性皮肤要避免用碱性过高或过于强效的洁面产品洗面，健康皮肤的pH值在5~6，呈弱酸性，所以要选择弱酸性的洁面产品。

另外，敏感性皮肤不要选择泡沫丰富的洁面产品，通常这类产品对敏感皮肤都会产生较大的刺激。

如果你平时喜欢化妆，就更应该在肌肤疲惫了一天之后，用面膜给予它最温柔的呵护与滋养。

而在这之前，进行彻底完美的卸妆也是十分重要的。

对于不同肌肤来说，卸妆所使用的产品和方法也是不同的。

干燥老化是干性皮肤常见的状况，因此给这类皮肤卸妆时，最好选用含胶原蛋白的洗面奶、营养水，以及使用维生素含量较高的植物性油脂制成的清洁霜。

因为植物性油脂类产品或者含胶原蛋白的产品可以使干燥皮肤在清洁卸妆后，在皮肤表面形成一层滋润性的保护膜。

这层保护膜有助于锁住水分，防止水分过早流失。

然后再用化妆水涂在肌肤表面，就能够使皮肤变得柔软、滋润、亮泽。

干性皮肤在清洁卸妆的过程中，注意手部动作，应向斜上方打圈，并尽量在做每一个动作时都加上一点提拉手法，目的是让肌肤变得紧致而有弹性。

有的人不注意动作，如果向下画圈，会使已经老化的肌肤变得更加松弛。

<<健康美白天然面膜DIY>>

编辑推荐

《健康美白天然面膜DIY》：纯天然护肤，祛斑养颜，肌肤宛若新生；远离皱纹、干燥和松弛，就这么一直美下去：面膜，肌肤的黄金营养餐，年轻肌肤的源泉：蔬果带给肌肤纯天然的营养补给，为你恢复婴儿般的娇嫩美肤。

祛斑、滋养、抗老化，打好美颜基石；手工面膜DIY，修护肌肤的天然屏障！

<<健康美白天然面膜DIY>>

版权说明

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:<http://www.tushu007.com>