# <<给问题肌肤开处方>>

### 图书基本信息

书名:<<给问题肌肤开处方>>

13位ISBN编号: 9787504848642

10位ISBN编号:7504848646

出版时间:2006-5

出版时间:农村读物

作者:夏怀逸

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

## <<给问题肌肤开处方>>

#### 内容概要

在现代社会,每天一个女孩要遇到各种各样的压力,交通的繁忙、灰尘和嘈杂的空气,烈日和电脑的辐射,画来和家庭,这些都让子孩如同鲜花一样妖贵的美丽受到损害,这是主人觉到十分可情的事情

爱护皮肤是善待自己的第一步,追求物质永远像海市蜃楼一样有不可能填满的欲望深壑。 西方有位哲人曾经说过,每个女孩都是上帝的恩赐,只有在感恩中创造自己的生活,才可能获得自己 珍受的东西。

愿这本书能帮助你找到自己肌肤的症结所在,指引你自然恩赐的灵丹,启发你对身体需求的认识, 更希望,能够让你充实自己的心灵,让丰饶的心灵土壤,孕育出属于自己的美丽。 愿每朵花都能开放出让人愉悦的花朵,愿每一个心灵都育实而有爱,原每一个女人,都有自己最美丽 的时刻,然后细心珍藏。

## <<给问题肌肤开处方>>

#### 书籍目录

第一章:干燥——给皮肤喝水Chapter1 办公室里皮肤渴 薄荷润肤水 薄片柠檬茶 蒸汽补水法Chapter2 天生的干燥皮肤怎么办?

牛油果面膜 人参甘油Chapter3 秋风起来皮肤变干 鸡蛋蜂蜜润肤剂 香蕉奶油霜Chapter4 大量脱水急救法 10分钟补水面膜第二章:暗淡——让皮肤醒来Chapter1 年龄给皮肤留下的痕迹 番茄面膜 绿豆洗脸粉Chapter2 因肌肤敏感而产生的暗沉 洋甘菊蒸脸剂 洋甘菊喷雾Chapter3 压力、失眠、饮食不规律而产生的皮肤暗淡 皮肤减压操Chapter4 皮肤不够白 瑞士护肤古方 牛奶护肤古方 柠檬面膜Chapter5 皮肤不透明Chapter6 皮肤不易上妆 雪耳红枣陈皮羹 白芷洁面霜第三章:油腻:让皮肤清爽Chapter1 T字区出油 检查身体状况 黄瓜控油额贴Chapter2 皮肤整天油光光Chapter3 皮肤起了小红疹Chapter4 黑头 牛奶沅颜盐霜Chapter5 突然长了青春痘 立竿见影的牙膏法 / 长效按摩法 / 中药法第四章:皱纹——让皮肤光滑Chapter1 眼角细纹 眼部按摩操Chapter2 眼角深纹 橄榄曲芦荟凝胶 橄榄油菜谱 芦荟美肤Chapter3 嘴角皱纹 燕窝蜜枣汤Chapter4 额头皱纹 栗子霜 葡萄露第五章:粗糙——让皮肤细致Chapter3 嘴角皱纹 燕窝蜜枣汤Chapter4 额头皱纹 栗子霜 葡萄露第五章:粗糙——让皮肤细致Chapter1 毛孔粗大 黄瓜敷面膏Chapter2 点点斑 双仁蜂密面膜 鱼腥草露Chapter3 晒后红肿 轻微晒伤:芦荟胡片 晒黑:柠檬芦荟胶 疼痛红肿:冰镇芦荟Chapter4 身体不光滑 柚子擦澡 柚肉擦澡油 胡萝、柠檬汁第六章:特别呵护——让皮肤享受五星级特遇Chapter1 激动、冷热都脸红Chapter2 逃不开的电脑辐射Chapter3 那些别扭日子里的别扭皮肤Chapter4 让手和脚也细腻柔滑Chapter5 每天都可以做的睡前功课后记:心灵处方——让皮肤健康的生活态度

# <<给问题肌肤开处方>>

#### 章节摘录

书摘我国古老医学文化源远流长,很多经验到现在也是十分科学的理论,比如中医强调的对症下药,至今也是一个颠扑不破的真理。

但是很多MM们在对待叽肤问题的时候不要说"下药"了,往往连这是肌肤哪个地方出了问题都搞不清楚,其实往往是些微小的病却大动干戈,进医院被手术刀狠狠的宰上一刀是其次,就怕有的时候被巧舌如簧的美容院、护肤品柜台小矧门说得天花乱坠,花了钱却发现用并不适合自己的东西而毁了自己的皮肤。

这些美容上的误区大多是因为女孩对自己的皮肤不了解的缘故,因此,在开始对肌肤进行诊断然后找 到调养的方法之前,我们先来认识一下自己的皮肤。

神奇的皮肤 皮肤是人体面积最大的部分,而且说起来你可能不信,看似轻轻薄薄的皮肤,其总重量要占人体重量的8%,换句话说,一个体重50千克的女人,皮肤的重量就占了4千克,是不是很神奇呢? 皮肤是身体的镜子 皮肤容纳了人体将近1/3的循环血液和将近1/4的水分,因此皮肤可以算得上是整个身体健康的最大的镜子。

中医中有"望闻问切"的诊断手法,第一位的就是"望",即通过观察人的皮肤气色来诊断人身体的病情。

所以说,保养自己的皮肤,不仅仅是美容必不可缺的步骤,更是对于健康的一种关注。

皮肤的三组织 皮肤是由表皮,真皮,皮下组织兰个部分组成的。

表皮也叫做皮上组织,是美白化妆品作用的关键。

表皮非常薄,最厚的地方也只有0.2毫米,它是由下面的基底层发育而成的。

基底层含有基底细胞和黑色素,基底细胞不断地进行分裂,产生新的表皮细胞,而黑色素就是决定皮肤颜色的关键。

当黑色素受刺激分泌过多时,皮肤就会变黑。

而且表皮十分脆弱,有些美白产品在作用到黑色素的同时会对基底细胞产生伤害,从而让表皮受损, 因此,选用美白产品的时候要千万小心。

真皮在表皮的下层,与表皮底部的凹凸部分紧密接触。

真皮决定了皮肤的弹性、光泽和张力,这是因为真皮内细胞很少,主要由植物纤维结缔组织构成,包括胶原纤维、弹性纤维和网状纤维。

当这些纤维老化时,就会引起皮肤的松弛、起皱,就像弹簧床的弹簧积压变形,整个弹簧床也就失去 了弹力一样。

不过真皮组织不像弹簧那样说更换就能更换,因此,平时要注意对皮肤的保养,让这些纤维组织不要过早地失去活力和弹性。

皮下组织在真皮之下,两者没有太过明显的分解。

一般来说,皮下组织中含有更大量的脂肪组织,散布于疏松的结缔组织中,而真皮组织则含有更大量的结缔组织,内部混含少量的脂肪组织,两者的区别就在于此。

皮下组织是皮肤的最后一层屏障,一般来说,如果不小心伤害到了皮下组织,就会在皮肤上留下比较 难愈合的瘢痕。

P15-16插图

## <<给问题肌肤开处方>>

#### 编辑推荐

在现代社会,每天一个女孩要遇到各种各样的压力,交通的繁忙、灰尘和嘈杂的空气,烈日和电脑的辐射,画来和家庭,这些都让子孩如同鲜花一样妖贵的美丽受到损害,这是主人觉到十分可情的事情

爱护皮肤是善待自己的第一步,追求物质永远像海市蜃楼一样有不可能填满的欲望深壑。 西方有位哲人曾经说过,每个女孩都是上帝的恩赐,只有在感恩中创造自己的生活,才可能获得自己 珍受的东西。

愿这本书能帮助你找到自己肌肤的症结所在,指引你自然恩赐的灵丹,启发你对身体需求的认识, 更希望,能够让你充实自己的心灵,让丰饶的心灵土壤,孕育出属于自己的美丽。

愿每朵花都能开放出让人愉悦的花朵,愿每一个心灵都育实而有爱,原每一个女人,都有自己最美丽的时刻,然后细心珍藏。

# <<给问题肌肤开处方>>

### 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