

<<面膜宝典>>

图书基本信息

书名：<<面膜宝典>>

13位ISBN编号：9787563722716

10位ISBN编号：7563722718

出版时间：2012-1

出版时间：旅游教育出版社

作者：吴奇、Remy

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>

## <<面膜宝典>>

### 内容概要

这是一本有别于一般美容书的女性必备养颜真经，它从方便、实用的角度，本着材料容易获取且成本低、制作简单、功效显著的原则，教你利用生活中随处可见的天然材料，以最简单的方法做出最有效的护肤品。

全书共介绍了数十款最简便易行而又相当专业的面膜的制法、用法及功效。

<<面膜宝典>>

作者简介

吴奇

做请柬.com创始人。

曾任乐蜂网主编，凡客诚品营销中心副总经理，新浪网频道值班主编。

微博：[weibo.com/woaiwuqi](http://weibo.com/woaiwuqi)

## <<面膜宝典>>

### 书籍目录

卷首语：坚持是美肤的唯一法则

#### Part 1 美白·祛斑

柠檬酸奶面膜：“黄脸婆”必备

石榴水：古代后妃的最爱

牛奶：不洗掉效果更好

大米薏仁面膜：给肌肤吃的食物

豆腐÷酵母：保护皮肤雌激素

茄红素：水嫩感透出来

粥油：100天白嫩饱满的秘密

酸奶：外敷内调美白双重保障

柠檬酸：最环保的皮肤“漂白剂”

珍珠：女皇最爱的美白保养品

其他方法

美白肌肤的美食

#### Part 2 滋润补水·祛皱

海藻种子：懒人必备的面膜

神奇黄瓜：切片像纸一样薄才有户

蜂蜜面膜：秋冬的最佳选择

菊花糯米饭：排毒又补水

蛋黄：卵磷脂增强补水作用

甜杏仁：后宫秘密

红酒面膜：网络最火

燕麦片：令肌肤水嫩的法宝

其他方法

给肌肤补水的美食

#### Part 3 排毒·去角质

#### Part 4 紧肤·祛痘

#### Part 5 抗衰老

<<面膜宝典>>

章节摘录

版权页：插图：

## <<面膜宝典>>

### 媒体关注与评论

美容法宝就是越天然的保养品，它的营养成分越高，也越容易被皮肤吸收.并且无副作用。

本书绝对是一本物超所值嫩性美容极品书！

这是一本有别于一般美容书的女性必备养颜真经，它从方便、实用的角度出发，本着材料容易获取且成本低、制作方法简单、功效显著的原则，教你利用生活中随处可见的天然材料，以最简单的方法做出最有效的护肤品，全书共介绍了数十款最为简单易行而又相当专业的面膜的制法、用法及功效等。

——中国中医科学院广安门医院主治医师、医学博士 王海隆一个脑袋里有奇思妙想的人用她的方式表达了最简单实用的魅力技巧。

——《魅力前线》主编 林琳我每天都在和各种品牌的护肤品打交道，但是自己亲身体会最有效、最实惠的，却是用食材制作的面膜。

天然的品质和味道能给我更多安全感，每次自己做面膜时，我都觉得肌肤远离化学品，被浸泡在自然界的精华中，这样的体验真是好极了！

——护肤品销售人员 李小姐

<<面膜宝典>>

编辑推荐

《面膜宝典:经典食材面膜自己做(第2版)》编辑推荐：坚持做食材面膜，让肌肤衰老晚到10年！  
肌肤保鲜只需滴费用、点滴时间！  
新浪网女性频道倾心推荐！

<<面膜宝典>>

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>