第一图书网, tushu007.com

<<美容保健-好太太完全手册>>

图书基本信息

书名：<<美容保健-好太太完全手册>>

13位ISBN编号：9787801007131

10位ISBN编号：7801007131

出版时间：2000-09

出版时间：中华工商联合出版社

作者：姜国调

页数：306

字数：21000

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

内容概要

本书介绍了女性妆扮知识。
包括：千变万化的发型魅力、协调全身、服装与配色、穿出纹胸精彩、饰物与服装搭配、相映生辉、场合与服装、服装的配件、不可忽视的内衣、如何保持苗条身材、购物技巧、衣物正确的收藏保养等内容。
教你提高自身形象，强化气质，成为有魅力有修养的女性。

书籍目录

第一章 护肤美容实用方法 一 皮肤必须悉心呵护 二 护肤男女有别 三 如何保护婴幼儿皮肤 四 怎样保护老年人皮肤 五 不同部位的皮肤保护 六 护肤与季节 七 护肤与生理状况 八 护肤与疾病 九 保护皮肤的具体措施 十 洗澡与护肤 十一 洗澡用水有讲究 十二 药浴的作用 十三 桑那浴的作用 十四 洗澡注意事项 十五 如何保护头皮和头发 十六 洗头的学问 十七 洗发用品的种类与用法 十八 如何梳头与刷头 十九 如何理发与保护发型 二十 颜面皮肤保护特别重要 二十一 怎样洗好脸 二十二 洗脸不只用水 二十三 哪种搽脸霜为好 二十四 脸色不正的处理方法 二十五 面部皮肤护理注意事项 二十六 如何对待日光 二十七 光敏物质知多少 二十八 防晒的方法 二十九 皱纹的起因 三十 防皱的方法 三十一 皱纹局部疗法 三十二 饮食疗法与消皱 三十三 按摩疗法与除皱 三十四 洗手洗脚的作用 三十五 如何保护指甲 三十六 内用护肤药 三十七 新型外用护肤品 三十八 清洁剂和涂漠剂与护肤 三十九 中草药的护肤美容作用 四十 中草药制剂与验方的护肤 四十一 中医内服护肤美容名方 四十二 中医外用护肤制剂 四十三 护肤的物理疗法 四十四 针灸和气功疗法 四十五 按摩和推拿疗法 四十六 心理疗法 四十七 饮食疗法 四十八 喝水与护肤 ……第二章 日常生活与美容保健第三章 饮食的美容作用第四章 皮肤病的防治

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