

<<护肤养颜>>

图书基本信息

书名：<<护肤养颜>>

13位ISBN编号：9787106019471

10位ISBN编号：710601947X

出版时间：2003-2-1

出版时间：中国电影出版社

作者：世安

页数：228

字数：170000

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>

<<护肤养颜>>

内容概要

这是一套为女性朋友全方位服务的丛书。

它不仅突破了以往人们对常识的那种狭隘的认识，更突破了时下那些时尚女性图书滥俗的格局，而且从实际情况入手，系统阐释了女性所面临的诸多问题的方法，其内容包括了女性日常生活的各个方面的常识。

每一本书都解答着女人最感兴趣的问题，每一本书都详述着种种切实可行的方略。丰富准确原信息，对各类常识细致生动的解读，尤其是那些具体独到、极具典型性的诸多范例，读来令人茅塞顿开，必将为女性的一生提供妙不可言的帮助。

<<护肤养颜>>

书籍目录

美丽是女人一生的事业（代序）第一章 护肤养颜的生理解读 第一节 必须掌握的皮肤生理机能 第二节 皮肤类型的科学辨别 第三节 按照生理时钟的规律护肤养颜 第四节 皮肤生理标准解读 第五节 女性一生的皮肤生理性保健 第六节 女性笄时期的养颜要诀 第七节 按生理需要选择护肤化妆品 第八节 科学饮食改变皮肤的生理机能第二章 皮肤养护的基本方略 第一节 精心呵护皮肤的基本原则 第二节 科学使用护肤品的法则 第三节 不同类型皮肤的养护规则 第四节 不同环境下皮肤和保养的策略 第五节 清洁皮肤的科学规范 第六节 去角质与皮肤磨削的基本方法 第七节 激光美容的科普常识 第八节 护肤养颜的流行方略第三章 皮肤护理的常见误区 第一节 护肤的16种错觉 第二节 美容护肤的11个误区 第三节 对待毛孔的对与错 第四节 破坏美丽的6个习惯 第五节 皮肤养护的3个错误认识 第六节 护肤不正确容易引起的皮肤问题 第七节 对油性皮肤认识的误区第四章 保湿与去皱的完全方案 第一节 皮肤保湿的基本要点 第二节 不同季节的皮肤保温攻略 第三节 预防皱纹产生的关键因素 第四节 延缓和消除皱纹的根本之道第五章 美白防晒的养护要第六章 特殊皮肤问题的解决之道第七章 自己动手调制家庭美容妙方

<<护肤养颜>>

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>