

<<护肤达人的秘密>>

图书基本信息

书名：<<护肤达人的秘密>>

13位ISBN编号：9787121127571

10位ISBN编号：7121127571

出版时间：2011-2

出版时间：电子工业

作者：宫珮珊

页数：163

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>

<<护肤达人的秘密>>

内容概要

你体会过植物护肤品的神奇吗？

目前国内几乎没有介绍纯植物护肤的图书，这本宫佩珊编著的《护肤达人的秘密》可谓“抛砖引玉”之作，同时本书也是一本内容详尽而实用的美容手册。

作者引领我们走进植物美容世界，针对日常基础护肤、面部定期保养、季节护理、皮肤特殊问题、头发身体护理等方面的各种需求，向我们解析了完美护肤之道，并提供了很多简单易学的养颜护肤方法。

这本《护肤达人的秘密》打开了一扇崭新的门，植物的能量和芬芳扑面而来……

<<护肤达人的秘密>>

作者简介

宫珮珊一个认真生活的灵性女子，在喧嚣和浮华中坚持自己诗意的行走。
热爱中医养生理论，热衷研究美容知识，把兴趣当做正经事，多年积淀亦自有心得。
喜欢追根求源，善于透过华丽的广告探究护肤概念的真相；乐于体验尝试，积累了丰富的产品经验。
曾于美容盛典上领过奖，也在网络上解答过无数人的疑惑，收获过分享的快乐和信赖的温暖，而她最喜欢的事仍然是，默默地学习，不断地成长。

<<护肤达人的秘密>>

书籍目录

1 日常基础护理篇

早/晚的区别

早晨护肤步骤：白天皮肤需要的1234567

晚间护肤步骤：健康肌肤来自于最基本的护理

比化妆品更重要的东西：美丽不仅仅意味着用对了化妆品

面部重点护理

眼部护理：轻轻抹去岁月的痕迹

唇部护理：呵护一朵会说话的花儿

2 面部定期保养篇

去角质：唤醒皮肤的活力

面膜：给肌肤吃顿美容大餐

3 季节护理篇

春季·过敏：轻松应对敏感肌肤

夏季·晒后：修复阳光留下的伤害

秋冬·干燥：摆脱缺水危机

4 特殊问题篇

美白亮肤：透视美白潜规则

抗老抗皱：挽留时光的脚步

祛痘控油：破解油脂的五大魔咒

5 身体头发篇

关于身体：爱手爱脚，“背”感无忧

关于头发：美丽从头开始

6 品牌字典

一个品牌就是一段精彩的传奇

7 实用指南

植物护肤品中常用的植物

关于“药妆”那点事

在哪儿能买到植物护肤品

产品批号——你懂了吗

<<护肤达人的秘密>>

章节摘录

版权页：插图：早/晚的区别大多数人人都知道晚上也需要好好护理肌肤，但是，有不少人习惯于白天和晚间使用同一套护肤品，还有很多人忽略了一些重要的护肤细节，结果没有充分发挥护肤品的作用，影响了护肤效果。

就皮肤的需求而言，白天的护肤偏重在“防护”，夜间则偏重在“修护”。

所以，早晨和晚上使用的护肤品的针对性不同。

早晨基本护肤步骤：洁面 化妆水 精华 眼霜 日霜或乳液 隔离霜 防晒霜 粉底。

晚间基本护肤步骤：卸妆 洁面 化妆水 精华 眼霜 晚霜或乳液。

看出区别来了吗？

其实，不仅仅是步骤的区别，就算都是洁面，早上的洁面和晚上的洁面也有所不同呢。

再比如，有的产品中的美白成分，白天用会与日光中的紫外线反应，反而刺激黑色素的产生，只能晚上使用。

诸如此类的早晚区别，还有不少。

接下来，我将对这些基本护肤步骤进行详细的解释。

【早晨护肤步骤：白天皮肤需要的1234567】Step 1 洁面早上只需清洗掉夜间皮肤分泌的过剩油脂就可以了，这时的洁面品不需要特别强的清洁力，所以适宜使用温和的产品。

对于出油少的干性肌肤，也可以不使用洁面品，直接用温水清洗。

洗脸前应该首先洗干净双手，手上的皮脂和脏东西会影响泡沫类洁面品起泡，另外，洗手也可以避免细菌转移到脸上。

洗脸时，先使用温水，温水有助于打开毛孔；最后用流动的凉水冲洗干净，冷热交替可以改善面部的血液循环，增加皮肤的弹性。

如果使用的是泡沫类洁面品，不要直接抹到脸上揉搓，应该先手中把泡沫充分打发，然后再涂到脸上。

对这类洁面产品来说，丰富的泡沫才能带走毛孔中的污垢。

手法是，从面部中心向两侧，轻柔打圈。

很多植物洁面膏要以按压的手法作用在脸部，使用时要注意手部的力度，不要过于用力，也不要揉搓。

Dr.Hauschka对此有个不无幽默的说法：“你的脸不是浴室地板。”

<<护肤达人的秘密>>

媒体关注与评论

为什么买的护肤品总是解决不了自己的肌肤问题？

什么样的护肤品才是最适合自己的？

……《护肤达人的秘密》将以一位资深护肤品用户的切身体验，为您现身说法，解答护肤疑问，传授美丽秘密。

——《化妆品观察》杂志社执行总编 邓敏云想衣裳花想容，哪个女人不希望自己容颜秀丽，顾盼生姿？

可总会遇到这样或那样的皮肤问题，如何把皮肤调整到最佳状态，相信这本书会带你不一样的惊喜。

——《中国化妆品》杂志社美容总编 刘丽在女性越发关注生活品质的今天，护肤品已成为生活必需品。

纯植物产品在近些年脱颖而出，像绿色食品、绿色出行、绿色软件一样，绿色化妆品也必将成为流行。

本书帮我们普及了护肤基础知识和纯植物化妆品的安全理念。

——妆网运营总监 程歌经常被人称为PPT达人的我坚信一条：达人就在我们身边，这本《护肤达人的秘密》让我更加坚信这一点，让我们一起分享作者的护肤快乐，也做一个大家喜欢的护肤达人吧！

——PPT达人 苏芮生《护肤达人的秘密》作者亲身实践，独家分享护肤的秘密，专为爱美女性打造的美容护肤全书，赋予女人全新的美丽。

——时尚杂志平面模特兼美容编辑 唐颖 植物护肤达人潜心研究护肤多年，用自己的实践为我们提供了最管用的护肤心得。

——网易女人副主编 简洁美丽是上帝赐予女人的形容词，在追逐和诠释美丽的过程中，肌肤护理最为重要。

完美的肤质是体现女人风情的天然屏幕。

拥有属于自己的护肤方法，是坚守美丽的制胜法宝。

——试用达人 summer护肤达人其实没有什么秘密，只不过她比我们常人花了更多时间专注护肤品而已，所以学习《护肤达人的秘密》会为我们常人节约大量的时间了解护肤知识。

——北京明弘科贸有限责任公司总经理 解勇 这是一本闺蜜间疯狂私传的美丽秘笈，同你分享时下最给力的护肤智慧，给你最贴心的美肤建议，有用、有趣。

——美白达人博主 Tracy植物护肤产品不以追求立竿见影的美容效果为目的，而是靠植物性的温和作用，让肌肤像植物一样汲取大自然的精华而呈现健康自然的光彩。

从这个角度说，植物护肤倡导的其实是一种慢生活态度。

如果您也认同这种理念，不妨翻阅本书，尝试放缓节奏，跟随护肤达人的脚步感受植物的神奇力量。

——马娅 中华全国工商业联合会美容化妆品业商会会长 身为一个化妆品行业的从业者，我常会向我的朋友宣传这样的理念：选择好的化妆保养品，应先了解产品的配方设计，首先选择对于个人身体皮肤及自然环境不造成伤害的成分，再其次追求对于皮肤状况改善的功效。

——唐绍勋 丹妃娅专业美妆连锁董事总经理原雅诗兰黛台湾经理

<<护肤达人的秘密>>

编辑推荐

《护肤达人的秘密(全彩)》：全方位解读纯植物护肤的神奇力量

<<护肤达人的秘密>>

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>