

<<我美我颜>>

图书基本信息

书名：<<我美我颜>>

13位ISBN编号：9787216040051

10位ISBN编号：7216040058

出版时间：2004-8

出版时间：湖北人民出版社

作者：张小群/方意平编

页数：190

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>

<<我美我颜>>

内容概要

同样是女人，为什么有的白里透红，似出水芙蓉；有的面黄肌瘦，如蒙尘树叶；有的满脸岁月痕迹，面皮粗糙，鱼尾凸现，眼袋臃肿……有的却看似婴儿的皮肤，永葆细嫩光滑，鲜艳可人。

道理很简单，重在保养。

女人20岁开始皮肤就逐步走向衰老，这是科学研究得出的结论。

因此，过了20岁，女人就应该注意细心呵护自己的肌肤。

延缓肌肤衰老有没有什么秘诀？

有没有办法让容颜青春永驻？

这正是本书所要告诉您的。

其实，养颜美容并没有什么高深的奥秘，同做许多事一样，只需养成一些简单的习惯。

好的习惯让你受益终身。

<<我美我颜>>

书籍目录

1 美容新主张 美容时间表 美丽肌肤过三关 由内而外的美丽才是真正的美丽 中年人皮肤保养的三要点 肌肤的修护 睡前5分钟保养术 正确洗脸的步骤 选择合适的洗脸水 油性皮肤怎样洗脸? 皮肤水补美容法 护肤的18种谬误 芦荟美容要当心 时尚体绘有损肌肤 做一个真正的网络美眉 运动前后的皮肤保养 美丽新妨8点提示 婚礼前去体毛 做一信下手新娘 你的肌肤姓什么 护理中性皮肤最理想的办法 混合性肌肤一周保养课程 打理油性皮肤 油性皮肤运河油法 打理油性皮肤 油性皮肤去油法 油性皮肤不可多用收敛(缩)水 油性肌肤集中保温法 干性肌肤集中保养课程 皮肤干燥也要保持肌肤清洁 干性肌肤一周保养课程 改善毛孔粗大肤质 春季肌肤的内外补 适合春季的防晒指数 春天肌肤紧纵有对策 干性肌肤春天怎么度过 偏油性肌肤春天怎么度过 夏季如何保养皮肤 夏季护肤四忌美容小妙招养颜食谱明星美容揭秘化妆品常识

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>