

<<从头靓到脚-现代女性美容兵法>>

图书基本信息

书名：<<从头靓到脚-现代女性美容兵法>>

13位ISBN编号：9787501744824

10位ISBN编号：7501744823

出版时间：1998-10

出版时间：中国经济出版社

作者：林依然 编著

页数：272

字数：260000

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>

## <<从头靓到脚-现代女性美容兵法>>

### 内容概要

上下班的化妆、发型、服饰等应该如何处理？

任何一位女性，如果要在短期内变得更加美丽动人，最需要的是什么？

本书认为必须靠自己的努力和良好的环境。

读这本书的人一定希望自己变得更漂亮、更动人，但事实上却什么也不去做呢？

假如你一直抱着这种言而不行的态度，保证任何目的都达不到。

所以必须抱着实践的勇气和坚强的斗志。

人体是非常神秘的，同时也具有美妙的功能，其实每个人都是天生丽质，只要在自然美以外再弥补其不足，便能掌握完美的窍门。

本书的宗旨在于帮助每个女性创造美丽的自己。

其中关键在于——如何了解自己的生活环境和个性，并表现出来。

只要你能充分了解自己的生活环境和个性，并表现出来。

只要你能充分了解自己，再稍加努力，美丽的目标即在眼前。

## <<从头靓到脚-现代女性美容兵法>>

### 书籍目录

美丽肌肤的养护方法 肌肤与生活态度 为了肌肤的美好，应保持规律的生活 保持美好的肌肤，每天必须摄取均衡营养 光泽而美好肌肤，与营养均衡的早餐是分不开的 坚持用肥皂洗脸 过了二十岁要加强对皮肤的按摩 被冷气或紫外线损伤的皮肤，可利用敷面来进行大扫除 饮酒过量导致不易上妆的补救法 入浴美颜法 消除紧张情绪有助于肌肤 多洗温水浴 以浓妆掩饰粗糙或青春痘，只会引起反效果 眼睛充血最好用热敷 彻底清洁 按摩皮肤 了解酸碱值 保养皮肤晚间步骤比白天要多些 皮肤也要“度假” 影响皮肤美容的毛病 黄褐斑是什么原因引起的？

如何治疗 面部无光泽如何防治 痤疮如何防治 雀斑如何防治 白癜风如何防治 酒糟鼻如何防治 怎样防止皮肤变黑 面部湿疹如何防治 面部血管瘤如何防治 扁平疣如何防治 黑痣如何治疗 多毛症如何治疗 老年疣如何治疗 桃花癣如何防治 单纯癣如何防治 ..... 柔发三千，女性美容自傲的东西之一 发型展现个性美千姿百态的化妆术指甲的保养与化妆服装搭配调和的新技巧要想漂亮，饰物的佩带很重要乳房的健美健美身材法则

<<从头靓到脚-现代女性美容兵法>>

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>