

图书基本信息

书名：<<1分钟自制天然面膜 - 汉竹·白金女人系列>>

13位ISBN编号：9787501982424

10位ISBN编号：7501982422

出版时间：2012-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：汉竹

页数：156

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

本书以面膜功能为分类依据，将140种面膜分为保湿防皱、美白、祛痘除斑、晒后肌肤护理等几大类内容，体例明晰。

索引部分按四季划分，将面膜重新分类，方便读者查找。

全书突出“1分钟”所彰显的“简单”概念，从选材、方法、用法上都做到简便易行。

情景化设置是本书的一大特色，在讲故事中渗透面膜的美容原理，轻松、诙谐，有趣味，拉近了与读者的距离，传播一种有情趣、有品位的生活理念。

书籍目录

面膜美肌秘诀

你的私人“美容院”——家
花样女人，“膜”力无边
测测你的肤质
面膜材料搜罗记
面膜DIY 必备工具
面膜护理7项注意

补水保湿，青春无纹

达人推荐：最IN的补水保湿面膜
补水面膜原料大排行
1分钟极速补水
桃片唤醒水润肌肤
蜂蜜面粉糊，锁水除皱
黄瓜是补水“小霸王”
米醋喷雾，天然补水
蜂蜜护体，浴后不再痒
香蕉泥滋养出水嫩、清透皮肤
绿茶包，眼睛里的“水”世界
蛋黄妙用：深层补水、消解暗疮
快速美丽晋级
西瓜蜂蜜面膜
瓜皮牛奶面膜
香蕉蜂蜜面膜
香蕉橄榄油面膜
苹果蛋黄面膜
苹果牛奶面膜
黄瓜蜂蜜面膜
黄瓜蛋黄面膜
桃子葡萄面膜
蜜桃橄榄油面膜
番茄蜂蜜面膜
番茄橄榄油面膜
栗子猪蹄面膜
猪蹄米汤面膜
胡萝卜红薯面膜
胡萝卜奶蜜面膜
豆腐水嫩面膜
豆腐蜂蜜面膜
鲜奶橄榄油面膜
牛奶绿豆面膜
梨子酸奶面膜
雪梨蜂蜜面膜
火龙果甘油面膜
火龙果蜂蜜面膜

酸奶草莓酱面膜
茶树精油面膜
李子杏仁油面膜
梅子面膜

清透美白，肌肤胜雪

达人推荐：最IN的美白面膜

美白面膜原料大排行

1分钟极速美白

柠檬喷雾，睡前美白法宝

牛奶1分钟美白魔法

绿茶粉，瘦身又美白

土豆美白计划

玉冬瓜汁，冬天的美白圣物

米汤洗脸，嫩白如玉

白芷，轻松美白

珍珠粉，美白经典

快速美丽晋级

柠檬汁面膜

柠檬蛋清面膜

樱桃酸奶面膜

樱桃蛋清面膜

牛奶面膜

牛奶黄瓜面膜

绿茶珍珠粉面膜

绿茶芦荟面膜

草莓番茄面膜

草莓酸奶面膜

红酒蜂蜜面膜

红酒蛋黄面膜

菠萝蜂蜜面膜

菠萝海藻面膜

猕猴桃蛋清面膜

猕猴桃蜂蜜面膜

冬瓜蛋黄面膜

冬瓜瓢面粉面膜

石榴面膜

石榴粉美白面膜

核桃蛋白面膜

核桃仁蜂蜜面膜

杏仁番茄面膜

杏仁酸奶面膜

蜂王浆珍珠粉面膜

白芷牛奶面膜

茯苓莲子面膜

食醋美白面膜

<<1分钟自制天然面膜 - 汉竹·白金女人 >>

祛痘除斑，美玉无瑕

达人推荐：最IN的祛痘除斑面膜

祛痘除斑面膜原料大排行

1分钟极速祛痘除斑

维生素E，轻松去除痘印

芦荟，天然“祛痘霜”

牙膏，特效“痘消膏”

白糖“磨砂”，痘印无影踪

一点蜂蜜，告别痘痘

红糖浆的祛斑神效

西瓜皮赶走小痱子

蛋清滋养，消炎祛痘

快速美丽晋级

芦荟黄瓜面膜

芦荟蛋清面膜

芒果牛奶面膜

芒果茉莉精油面膜

蛋黄橄榄油面膜

蛋黄杏仁油面膜

海藻甘油面膜

海藻蜂蜜面膜

丝瓜蜂蜜面膜

丝瓜奶粉面膜

红糖蛋清面膜

红糖红茶面膜

酸奶蜂蜜面膜

酸奶柠檬面膜

VE蜜汁面膜

VE牛奶面膜

葡萄柚面膜

葡萄柚莲子面膜

椰子面膜

椰汁芦荟面膜

荸荠香蕉面膜

荸荠莲藕面膜

藕粉牛奶面膜

藕粉胡萝卜面膜

银耳鲜奶面膜

糯米黄瓜面膜

茉莉精油面膜

玫瑰精油面膜

深层清洁，收敛毛孔

达人推荐：最IN的洁面面膜

洁面面膜原料大排行

1分钟极速清洁

饭团揉揉，没有“黑头”

<<1分钟自制天然面膜 - 汉竹·白金女人 >

细盐——天然磨砂洁面膏
冰啤焕肤，预防暗疮
丝瓜汁撵走粗大毛孔
葡萄泥恢复肌肤光彩
苦瓜，吸走毒素没商量
小苏打，为毛孔“大扫除”
苹果泥，最温和的深层清洁剂
快速美丽晋级
蛋清蜂蜜面膜
蛋清面粉面膜
柳橙酸奶面膜
柳橙番茄面膜
橘子蜂蜜面膜
橘子燕麦面膜
木瓜蜜奶面膜
木瓜蛋清面膜
啤酒酸奶面膜
啤酒绿豆粉面膜
燕麦清洁面膜
燕麦木瓜面膜
玉米燕麦面膜
玉米粉胡萝卜面膜
粗盐杏仁面膜
粗盐鸡蛋面膜
哈密瓜清洁面膜
哈密瓜蛋清面膜
红薯酸奶面膜
红薯蛋奶面膜
小萝卜牛奶面膜
小萝卜啤酒面膜
酵母粉酸奶面膜
酵母蛋黄面膜
小苏打醋水面膜
小苏打收敛面膜
葡萄面粉面膜
葡萄子蜂蜜面膜

晒后护理，唤醒冰肌玉肤
达人推荐：最IN的晒后修复面膜
晒后修复面膜原料大排行
1分钟极速修复
芦荟汁清凉消炎
冰牛奶镇静晒后肌肤
冰苦瓜，给肌肤降降温
海带粉，为晒后肌肤补足水
茶水，轻微晒伤急救方
洋甘菊，润泽肌肤除干痒

芹菜水涂掉晒后小雀斑
薰衣草加速晒后修复
快速美丽晋级
芦荟蜂蜜面膜
芦荟酸奶面膜
苦瓜珍珠粉面膜
苦瓜排毒面膜
土豆牛奶面膜
土豆橄榄油面膜
绿豆黄瓜面膜
绿豆粉果醋面膜
大蒜西瓜皮面膜
大蒜小麦粉面膜
香芹酸奶面膜
芹菜蜂蜜面膜
茄汁白酒面膜
茄子冬瓜面膜
薏米奶蜜面膜
薏米杏仁面膜
奶酪薰衣草面膜
奶酪蛋清面膜
南瓜绿茶面膜
南瓜奶蜜面膜
圆白菜黄瓜面膜
圆白菜蛋清面膜
牛油果蛋黄面膜
牛油果酸奶面膜
甘草米汤面膜
红豆冰糖面膜
莴笋镇静面膜
海带蜂蜜面膜

附录：四季护肤最讲究

春季——防敏滋润
夏季——防晒防感染
秋季——清洁防燥
冬季——滋润美白

章节摘录

版权页：插图：银耳鲜奶面膜有效淡化色斑，使皮肤亮白、润滑，柔嫩，有弹性。
干银耳1朵，鲜奶2大匙，食醋1小匙。

1.将干银耳磨成细末。

2.加入鲜奶、食醋，搅拌成糊状即可。

每晚睡前，彻底清洁面部，然后将面膜均匀地涂在脸上，25分钟后用温水洗净。

每周可使用1次。

此面膜最好一次用完，不宜久放。

糯米黄瓜面膜 延缓肌肤老化，淡化色斑，消除痘痕，使肌肤柔嫩、光滑。

适用于任何肤质。

糯米50克，小黄瓜1根，水适量。

1.将糯米加水熬制成浓粥，然后滤掉米粒，取其浓汁。

2.将小黄瓜掐头去尾，与糯米粥汁一同放入榨汁机，榨取汁液。

洁面，用热毛巾敷脸，以使毛孔充分打开。

然后用面膜刷将面膜均匀地涂在脸上，15分钟后用温水洗净。

每周可使用2—3次。

如不能一次用完，将剩余面膜密封后，放入冰箱，一周内用完即可。

茉莉精油面膜 淡化色斑，促进血液循环，可使肌肤光滑白皙。

适用于中性皮肤。

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>