

<<天然滋养面膜DIY>>

图书基本信息

书名：<<天然滋养面膜DIY>>

13位ISBN编号：9787508258386

10位ISBN编号：750825838X

出版时间：2009-10

出版时间：金盾出版社

作者：优图生活

页数：225

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>

## <<天然滋养面膜DIY>>

### 前言

清水出芙蓉，天然去雕饰。

天然的美总是令人赏心悦目。

在化妆品琳琅满目，市场竞争激烈的时代，“纯天然”美容护肤品越来越受到广大爱美女士的青睐。

使用天然面膜美容是一种简单而不简约，既经济又有效的美容方法。

自制面膜的理念就是只要好的、不必选贵的，只要你愿意就可以做到。

或许只是1个苹果，或许只是1根胡萝卜，甚至或许只是几片黄瓜，几滴精油……简单的DIY，会使您的肌肤素质得到提升，逐步绽放美丽容颜。

不过，即使全部使用纯天然的面膜材料，如果不注意使用方法，还是会让肌肤出现问题的。

## <<天然滋养面膜DIY>>

### 内容概要

自制天然滋养面膜是一种简单而不简约、既经济又实用的美容方法。

本书紧贴女性美容养颜的实际需要，精选了200多款具有显著美容养颜功效的面膜，分为美白面膜、祛斑面膜、补水保湿面膜、去油面膜、收缩毛孔面膜、去皱面膜、消炎祛痘面膜、去角质面膜、防晒美白面膜、排毒面膜、瘦脸面膜等。

书中就每一款面膜的功效、材料、适用肤质、做法等作了详细介绍，您可从中选择适合自己的美容面膜，按照书中的操作步骤实现您的美容计划。

书中制作材料易得且成本低廉，制作方法简便，性价比高，是您打造完美肌肤的必备宝典。

## <<天然滋养面膜DIY>>

### 书籍目录

前期准备篇 一、面膜、让美丽变得触手可及 面膜美容功效大看点 面膜为肌肤提供必需的营养素  
二、面膜达人必备的自制面膜工具 三、自制面膜也要“敷”之有道 四、自制面膜，绝不能“敷”衍了事  
五、按摩，让美丽渗透你的肌肤 六、面膜DIY，“雷区”不可踩面膜制作篇 一、美白细肤面膜  
让白雪肌肤美如皓月照水 二、祛斑美白面膜，将斑斑点点一扫而光 三、补水保湿面膜让肌肤永远水  
当当 四、去油清爽面膜，让“油腻腻”变身“水嫩嫩” 五、收缩毛孔面膜，从此变身瓷娃娃 六、抗  
皱去皱面膜，让岁月脸上不留痕 七、消炎祛痘面膜，从此不做“痘花”美人 八、去黑头粉刺面膜，  
拥有婴儿般细腻肌肤 九、去角质面膜，让肌肤自由呼吸 十、防晒美白面膜，无忧无虑享受日光浴 十  
一、排毒养颜面膜，做个无毒活力美人 十二、瘦脸面膜，秀出你的秀气小脸蛋膜法延伸篇 二、唇膜  
，拥有性感双唇让你魅力无限 三、手膜，让你玉手纤纤若柔荑

## <<天然滋养面膜DIY>>

### 章节摘录

敷完面膜后脸上常留有大量精华液，加以按摩能够帮助肌肤吸收营养成分。

按摩能给予肌肤适度刺激，提供肌肤内部能量与活氧，会让血液及淋巴循环顺畅，促进新陈代谢，同时将废物排出体外，并且有利于后续保养品的吸收。

按摩过程中，局部体温升高，毛孔打开，皮脂和汗水的分泌、排泄加快，可清除污垢及其他不洁物质，使毛孔舒畅，让皮肤更干净、健康。

按摩可改善皮肤外观，均衡皮脂分泌，有助于维持细胞保持适当水分，改善肤质，使皮肤更滋润、更年轻。

面部按摩的手法面部按摩的手法做得好是保证按摩效果的关键所在。

穴位按揉的准确性、顺肌纹走向的正确性、手法的稳定与灵活性、动作的力度与柔和性以及双手协调一致的节奏性等，都是按摩必备的基本功。

5种面部按摩手法（1）轻压法 用指腹或手掌在皮肤上施加轻微压力，以增加皮肤的反应性，手掌用于颈部、面颊部、额部，指腹用于较狭窄的部位。

（2）捏法以拇指和食指顺肌肉的方向夹捏面部皮肤，捏放之间要有节奏与适宜的力度，可增强血液循环。

## <<天然滋养面膜DIY>>

### 编辑推荐

《天然滋养面膜DIY》：打造肌肤之美，绽放美丽容颜。  
美白面膜，祛斑面膜，补水面膜，去油面膜，缩孔面膜，去皱面膜，祛痘面膜，防晒面膜，消炎面膜，排毒面膜，瘦脸面膜，去角质面膜。  
靓丽女人的贴心之作，美丽养颜的必备手册，200多款时尚实用面膜，50多款眼膜、唇膜、手膜超值赠送超高的性价比，是您全方位打造美丽肌肤的最佳选择。

<<天然滋养面膜DIY>>

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>