

<<秀甲百分百>>

图书基本信息

书名：<<秀甲百分百>>

13位ISBN编号：9787541820816

10位ISBN编号：7541820814

出版时间：2005-4-1

出版时间：陕西旅游出版社

作者：金版

页数：128

字数：200000

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>

## <<秀甲百分百>>

### 内容概要

相信大多数女性都渴望拥有一张美丽的容颜，许多人用尽各种方法以求达到完美的形象，但大多时候由于方法的不当而不能尽如人意，甚至还有可能弄巧成拙。

其实美丽的本质是要懂得呵护自己的肌肤，否则再怎么鬼斧神工的化妆术，没有健康纯净的肌肤作基础，也只会让人觉得像是戴上了一张美丽的面具。

身为现代女性，想要拥有健康而富有弹性的肌肤，除了注意日常的保养外，还需要彻底了解自己的肤质，知晓何种护肤品适合自己。

面对花样繁多的护肤品，该如何选择呢？

看着镜中自己的问题肌肤，该如何解决呢？

希望本书中所介绍的护肤要领，会对所有爱美的女性有所助益，愿大家都能够拥有健康、美丽的肌肤。

<<秀甲百分百>>

书籍目录

Part 1 打造美丽的肌肤的基本护理方法 卸妆 基础护肤 美白Part 2 十二大问题肌肤的保养和护理 黑斑 暗疮 皱纹 黑眼圈 毛孔粗大 皮肤松弛 面黄 水肿 肤色暗淡 皮肤衰老 毒素 肌肤干燥Part 3 不同季节的肌肤护理 春季肌肤护理 夏季肌肤护理 秋季肌肤护理 冬季肌肤护理Part 4 美容机构的基础护理和特殊护理 基础护理 特殊护理——吹氧焕肤Part 5 健康饮食 拥有健康饮食习惯遵循原则 教你如何健康饮食 不同血型人样的饮食Part 6 美丽在于运动 什么样的运动方式最能让你的美丽HGI起来？ 运动护肤技巧Part 7 日常护肤小常识 美丽肌肤好习惯 旅行期间保养肌肤该注意什么？ 紧急护理小秘方 油性肌肤护理秘籍 白领一族如何注意冬季的肌肤护理 不同年龄层次的肌肤护理Part 8 产品介绍 美丽田园美容机构护理产品推荐护肤小贴士 美白生活作息备忘录 选择护肤品贴士 你对肌肤常出油而疑惑不解吗？ 想了解自己肌肤的油性程度 夏季护肤贴士 初夏美容食谱 皮肤换季问题多多 保湿救急法 换季身体护理守则 常见食物热量含量表

#### 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>