

<<优雅小主妇的美容养颜经>>

图书基本信息

书名：<<优雅小主妇的美容养颜经>>

13位ISBN编号：9787561350744

10位ISBN编号：7561350740

出版时间：2010-10

出版时间：陕西师范大学出版社

作者：余素惠

页数：280

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>

<<优雅小主妇的美容养颜经>>

前言

女人如花，花如女人。

花有淡雅清新的，也有馥郁芳香的；有冰清玉洁的，也有热情奔放的。

但无论是哪一种，都有它耐人寻味的地方，正所谓“一花一世界”。

每一个女人都是一朵独一无二的花，女人那如花的容貌，构成了这世上一道独特的风景。

要说这风景中最靓丽的，就不能不提到她的名字，飘落在人间的天使——奥黛丽·赫本。

1953年9月，一个在《罗马假日》里扮演安妮公主的女孩，引起了世界影迷的好奇：这个横空出世的女子是谁？

就这样，奥黛丽·赫本进入了大部分人的视线。

她的出现，向人们展示出了迥异的另一类美女。

她的风采，迷倒了不分男女老幼的芸芸众生。

从那时起，她便成为了优雅的同义词，成为了圣洁与美丽的代名词。

女人天生就爱美，这是毋庸置疑的。

这种爱好不分时代，不分国界。

作为令容貌保持美丽的重要途径，各种各样的美容养颜方也越来越受到了爱美女士们的欢迎，随着时代的进步、科技的发达，可供女人们选择的美容养颜方式也开始变得越来越多、越来越高超了，但是，广大爱美的姐妹们，你们到底了解什么是真正的美容养颜吗？

美容养颜是指令自己保持在美丽青春的状态。

它可以被分为美容与养颜两个阶段。

其中“美容”指的是通过各种方式使人容貌美丽的一门艺术，尤其指在皮肤方面所做的努力。

“养颜”则是保持容貌美丽的意思，指的是通过注重“养”的方式，来令美丽持续下来。

<<优雅小主妇的美容养颜经>>

内容概要

女人的美丽由细节决定，聪明女人懂得一招一式打造自己的完美面容，只要你处处留心，处处皆会令人怦然心动，360度，怎样看都是最优雅的。

本书将会教大家如何让美丽伴随你一生。

根据女性生理特点及对营养的特殊需求，本书列举了众多关于养颜美容的妙方，以供姐妹们参考选用。

相信只要做到了这些，你便也可以成为奥黛丽·赫本！

<<优雅小主妇的美容养颜经>>

作者简介

余素惠，高级美容师，美容护理专家，对皮肤美容有深入研究，曾多次举办皮肤美容培训班，并长期从事美容督导工作，著有多部美容专著。

<<优雅小主妇的美容养颜经>>

书籍目录

优雅小主妇第一经——护肤篇 了解你的皮肤 皮肤日常养护 具体皮肤问题具体分析 护肤DIY
优雅小主妇第二经——秀发篇 了解自己的形象标识 秀发护理的6大秘籍 做自己的专业美发师 DIY
护发优雅小主妇第三经——彩妆篇 一些概念要知晓 修炼你的基本功 手握化妆笔,让自己轻巧变
身 简单易懂的彩妆秘密 优雅小主妇第四经——香氛篇 什么是“女人味” 探索体味的来源 调
理出的好味道 闻香识女,找准自己的STYLE 纯天然的醉人香氛优雅小主妇第五经——健康篇 气
血充足的女人最美丽 生命不息,运动不止 给心灵做个SPA 花花草草,喝出女人好气色 五谷杂
粮,吃出女人好精神优雅小主妇第六经——问答篇 护肤小贴士 养发小技巧 彩妆小窍门 香氛小
秘密 健康小心机

<<优雅小主妇的美容养颜经>>

章节摘录

插图：皮肤的构成其实，皮肤是我们整个人体的最大器官，它覆盖于整个体表，我们可以看见的只是皮肤表面的部分。

事实上，皮肤是由表皮、真皮以及皮下组织三大层组成的，每一层都在维持皮肤的健康当中扮演着不同的角色。

健康的皮肤每28天就会完成一个更新周期。

它会不断地脱去死皮，让内层新生的青春细胞露出表层，使容颜保持健康动人、容光焕发的美态。

不过，皮肤的更新周期会因为年龄增长或是经常曝露于对皮肤不利的恶劣环境中而大大减缓，这样的话皮肤便会留下过量的久未清理的死皮。

如此一来，皮肤就开始变得粗糙，肤色也会变得暗淡无光，其他复杂的皮肤问题也会一一出现。

由于这个原因，我们需要经常让皮肤上的老旧角质进行正常的代谢。

代谢老旧角质能令皮肤维持健全的更新周期，以便保持最佳状态，展现最动人的一面，从此让你拥有更晶莹、更透晰、更柔滑的皮肤！

听了小主妇的话，你是不是已经有些迫不及待了呢？

不要慌，在此，让我们一起先来了解一下有关皮肤的基本知识。

人体的皮肤由表皮、真皮和皮下组织构成。

皮肤最外面一层叫做表皮层，由角质层、透明层、颗粒层、有棘层和基底层组成。

<<优雅小主妇的美容养颜经>>

后记

读完这本书后，相信大家对于书中所介绍的美容养颜知识都已经非常了解，并且各自心中都有一本属于自己的经了。

我们和本书的作者衷心希望，在它的帮助下，您能够变得更加美丽。

在对本书进行编排的过程当中，为了协助对本书的内容进行较好的说明，我们选用了一些十分精美的图片。

图片上的模特们是美丽的，也许读者在看到这些图片时会对她们产生羡慕之情，但是我们想要告诉大家的是，只要有决心，并且肯实践，图片上的美丽也是能够属于你的。

在这里，我们要感谢拍下这些图片的摄影师，也要感谢在本书中出现过的那些漂亮的模特们，是她们为我们树立了榜样，令我们在“美丽”这方面拥有了无尽的自信和智慧。

不过遗憾的是，由于这些图片被转载得过于频繁，有部分图片的原拍摄者我们已经不可能找到了。

由于图片的精美和版型设计的需要，我们还是将一些图片收录到了本书当中。

为了保证本书的顺利出版，并对图片原拍摄者的著作权表示尊重，本社在此特别声明，敬请图片的原拍摄者来电来函，以便付酬。

再次向所有出现在本书中的模特和照片的原拍摄者们表示衷心的感谢！

同时也要向广大的读者表示深深的谢意，祝愿天下的爱美人士都能够美丽动人！

<<优雅小主妇的美容养颜经>>

编辑推荐

《优雅小主妇的美容养颜经》：魅力女人是优雅的同义语，圣洁而又美丽，连上帝都渴望轻吻她的脸颊，她是落于凡间的天使，人人都为她而倾心，无论男女，其实你也可以像她一样，只要你学会了如何修炼自己。

女人的美丽由细节决定，聪明女人懂得一招一式打造自己的完美面容，只要你处处留心，处处皆会令人怦然心动，360度，怎样看都是最优雅的。

<<优雅小主妇的美容养颜经>>

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>