

## <<T字部位全效护理DIY>>

### 图书基本信息

书名：<<T字部位全效护理DIY>>

13位ISBN编号：9787807400059

10位ISBN编号：7807400056

出版时间：2006-7

出版时间：上海文化出版社

作者：岳靓

页数：53

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>

## <<T字部位全效护理DIY>>

### 内容概要

你知道吗，用西瓜、牛奶、柠檬、蜂蜜……能达到出人意料的发质修复效果。

汲取大自然的美容精华，让你自在享受DIY的乐趣。

《T字部位全效护理DIY》46种控油、补水、去痘自制品，让T字部位肌肤呈现透明清丽的美感。健康、天然、简单、有实效的观念是本书所想要呈现的，希望读者能保持正确积极的心态，将好肌肤保持到底！

## <<T字部位全效护理DIY>>

### 书籍目录

使用指南DIY的好帮手 补水控油 牛奶嫩肤清洁露 绿茶醒肤洁肤水 细盐滋养洁肤水 蜂蜜植物化妆水 玫瑰娇嫩化妆水 蜜糖纯净化妆水 芒果水润面膜 半夏柔肤面膜 虞美人补水面霜 鸽蛋保湿面霜 可可滋养面霜 紧致抗皱 萝卜砒皱洁面水 西瓜精华洁肤水 橄榄深层清洁露 洋甘菊光彩化妆水 迷迭滑肤化妆水 乳香明效化妆水 香蕉嫩白面膜 葡萄柚抗老面膜 白果滋润面膜 茯苓祛斑面膜 胶原蛋白润泽面霜 胚芽光华面霜 舒缓去痘 芦荟清爽洁肤水 冬瓜除菌洁肤水 西瓜舒缓洁肤水 茶树去斑化妆水 柠檬缓解化妆水 葳草排毒化妆水 细盐去黑头鼻膜 薏仁深层面膜 洋甘菊抗菌面胶 橙皮清香面霜 杜松精油面霜 菊花营养面霜 西瓜收敛面霜 收敛毛孔 葡萄柚果酸洁面胶 百合花清洁洁面水 薄荷清爽化妆水 苹果调理化妆水 牛奶凝脂化妆水 橘皮细致磨砂膏 白芷清洁面膜 康乃馨清爽面霜 百合清爽面霜 柠檬紧致面霜

## &lt;&lt;T字部位全效护理DIY&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘专业美颜机构表明：在18~40岁的女性中随机抽查100位亚洲女性，90位都有T字部位出油的困扰。

这是因为绝大多数的女性肌肤，双颊较干，T字部位较油，属于混合性肌肤。

每到季节转换的时候，T字部位的保养，就显得格外重要，“控油”当属第一要务！

**适度保湿** T字部位出油，并不表示肌肤不需要水分滋润！恰恰相反，肌肤此时特别缺水，如果没有及时保湿肌肤，会导致肌肤老化。

肌肤最需要的就是“平衡油脂分泌”，但保养品的种类要以质地清爽、调节油脂成分的产品为主，保湿过头了反而会阻塞毛细孔，效果适得其反。

**保持脸部清洁** T字部位分布了很多的皮脂腺，洗脸时就需要在鼻子及前额和下巴处稍加按摩，清除附在毛孔上的污垢，搓去多余油脂，让肌肤正常呼吸，但要特别注意的足，不要用力搓洗，否则会伤害肌肤。

**规律生活作息** 压力过大、情绪紧张、疲惫时，肌肤会失衡；如果经常熬夜或月经来潮前，皮肤会处于敏感状态，因为体内的荷尔蒙分泌失调，这些情况会导致T字部位出油更为厉害。

所以要调整生活作息，保证睡眠充足，才能维持荷尔蒙的正常分泌。

**调整饮食** 辛辣、油炸类食物会导致肌肤燥热，所以还是少吃为妙；此外多喝水、多吃新鲜蔬果，是美肤不变的铁律！**上彩妆时的避油法** T字部位泛油光会让妆容毁了一大半，所以在上妆前，务必选用一些专门为T字部位而设计的凝胶或乳霜；或直接擦去油粉饼，从而减少出油机率：“吸油纸”也是不错的补救法宝，能随时吸油，也不影响妆容，实惠又好用！正因为T字部位护理如此必要，所以本书特地挑选了质地清爽具有保湿调节油脂成分的保养品，让T字部位清新一整天。

使用自制保养品前应先存局部皮肤上试用，如突感不适，或出现红肿等皮肤过敏症状，应立即停用，并冰敷处理，如果一切正常，你就可以安心地使用了。

此外，因产品是自制的，最好能控制分量，以能够一次使用完毕为佳，如果一次用不完，请放入冰箱保存，并存文中标示的有效期内使用完毕。

下次使用时若觉得味道有异，则表示产品可能已经变质，请立即丢弃。

健康、天然、简单、有实效的观念是本书所想要呈现的，希望读者能保持正确积极的心态，将好肌肤保持到底！ P4-5插图

## <<T字部位全效护理DIY>>

### 编辑推荐

油腻、粉刺、毛孔粗大？

保养肌肤最麻烦的敏感区？

全效呵护T字部位？

帮你扫除所有烦恼！

想要改善T字部位（即额头、鼻子和下巴）的油腻状况，就必须养成脸部肌肤分区保养的概念，针对较油的部位给予质地清爽的产品；而双颊较为干燥的部位，施以滋润性产品。

<<T字部位全效护理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>