

<<护肤>>

图书基本信息

书名：<<护肤>>

13位ISBN编号：9787810382519

10位ISBN编号：7810382519

出版时间：2004-6

出版时间：中国纺织大学出版社

作者：陆嵘 编

页数：96

字数：100000

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>

<<护肤>>

内容概要

也许，囊中羞涩的你无法定期去美容院做专业护理；也许，忙碌的你无法抽出较多的时间让美容师去顾暇你的容颜；也许，你对一些美容院的护肤用品还存有一些疑虑；也许……不管你是不是天生丽质，后天的保养和护理是你留驻青春、美丽容颜、延缓衰老的最佳途径。

如果你有很多“也许”的理由不能去美容院做专业的美容护理，但为你美丽的容颜，那么就最好设法做一些简单有效的皮肤护理保养。

本书就是针对你的也许，教会你根据自己的皮肤特点选择适宜的护肤用品，进行日常、周期性皮肤护理的步骤、手法，季节性皮肤护理方法及护理中应注意的问题，精油的护理等。

<<护肤>>

书籍目录

第一部分 日常护理 日常护肤用品配置方案 日常护肤用具种类 每天所需的护肤产品 洁肤品的类型及适用范围 化妆水的品各及适用范围 润肤品的种类及适用范围 护肤品的选择 早晚5分钟基本护理 清洁皮肤 调整皮肤 滋润皮肤 关于眼霜第二部分 周期护理 第周45分钟特别护理 45分钟特别护理内容 45分钟特别护理各步骤 清洁皮肤 爽肤水擦试 蒸气蒸脸 去除死皮 自我按摩 敷面 化妆水调整皮肤 上眼霜及润肤品 季节性护理 春季皮肤护理 夏季皮肤护理 秋季皮肤护理 冬季皮肤护理第三部分 身体的护理 脸部以外皮肤的护理 手——你的第二张脸 手的清洁 深层滋养与保护 健康的指甲 厨房里的护手妙法 足部护理——举“足”轻重 四肢——让你健美迷人 身体——享受沐浴时分 多余的毛发 认识毛发 常用的脱毛方法第四部分 精油护理 香熏护理 护理方法 精油小常识 居家香熏护理之最佳搭配 香熏馆之特殊护理程序 SPA 健康从抗压开始 居家SPA 芳香SPA 绿色护肤

<<护肤>>

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>