

<<润周医生教你用对化妆品>>

图书基本信息

书名：<<润周医生教你用对化妆品>>

13位ISBN编号：9787811206494

10位ISBN编号：7811206498

出版时间：2009-9

出版时间：汕头大学

作者：姜润周

页数：215

字数：210000

译者：程匀

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>

## <<润周医生教你用对化妆品>>

### 前言

我小时候的梦想是当一名小学老师小时候，每当人们问我：“你长大以后想干什么？”

我都会昂首挺胸地回答：“我想当老师！”

记得我上小学二年级时的班主任特别慈祥可敬，是她让我觉得上学是一件非常开心的事。

可自从三年级换了一位严厉的班主任后，上学几乎可以和恐怖画等号了。

所以从那时起我就立下志愿，长大以后一定要成为一名关爱学生的好老师，决不让我的学生们厌烦上学。

后来我喜欢上了化妆品大学毕业前，我参加了“爱茉莉太平洋”，当时还叫太平洋的国内第一化妆品集团的国际品牌IDEA招募比赛，我竟然意外地获得了大奖。

把公司内部参赛的专业人员都晾在了一边，这简直太难以置信了。

“也许我真的有化妆品营销策划方面的才能？”

想做老师的梦渐渐淡去，我朦胧地觉得我今后的工作也许与化妆品有关。

某个时刻，我自然而然地成为了化妆品专栏作家2001年1月，我在DAUM网站上用我的昵称开设了一个化妆品论坛——“润周医生的化妆品世界”。

为了和大家分享更多更好的化妆品信息，我开始尝试使用各种各样的化妆品，并逐渐从喜欢化妆品发展到了为化妆品而痴迷的程度。

我的文章在论坛会员中间获得了热烈的反响，大家都说我是“对化妆品最了解的人”。

从那时起，我开始陆续收到多个美容时尚类杂志的约稿邀请。

这之后就到了2005年。

我开始定期为某个杂志撰写专栏，成为了一名化妆品专栏作家。

这标志着我从此迈入了化妆品的世界，并把这当成了我的职业。

现在，我作为化妆品专家活跃在多个媒体领域之中。

刚开始人们习惯称我为“美容专栏作家”，但我总是纠正他们，不是“美容”，而是“化妆品”。

因为我认为美容所包含的内容非常广泛，相比而言我的美容知识可谓少之又少。

像我这样一个普通人怎么敢站出来向大家介绍美容这样一个宽广的领域呢？

其实我最想成为的还是韩国第一个化妆品专栏作家，一个帮助大家选择和正确使用化妆品的人。

我是一个对化妆品有着独特视角的专栏作家纵观市面上关于化妆品的书籍，有些只分析化妆品的成分，把它当做药一样来介绍；有些还把化妆品称为“毒药”，似乎都没有从一个正确的视角来帮助大家了解化妆品。

我是一个一听到化妆品这个词就能兴奋得蹦起老高的人，一个能记住所有因化妆品而欣喜若狂的瞬间的人。

我既是化妆品专栏作家，也是一个纯粹的化妆品热爱者。

多亏了化妆品，我才能随时解决各种皮肤问题。

虽然我已经三十多岁了，但我的皮肤却保养得非常好。

在韩国，超过自身需要而滥用化妆品的现象非常普遍。

作为专栏作家的我强烈主张改变这一现象。

但同时，我又是一个对化妆品极度热爱，并为自己生在了一个化妆品异常发达的时代而兴奋不已的人。

2007年我开始写我的第一本书事实上，从2007年秋天我就开始筹备开设化妆品评论网站的工作了，希望通过这个网站将化妆品评论做一个系统的整理。

几年前我有过一次失败的创业经历，当时从母亲那里借来的启动资金全部打了水漂，所以这次我下了非常大的决心。

谁曾想就在这时，我接到了写书的建议。

实际上我也曾经有过写书的想法，但现在这个时间明显比我的计划提前了许多。

不过我最终被对方的诚恳打动了，同时也确实感到现在市场上还没有一本全面地向大众传授各种化妆品相关知识的书。

## <<润周医生教你用对化妆品>>

这样的书早一天面世，对需要的人来说是一件有意义的事。

网站计划也只好推迟到书写好之后再进行了。

写作并非难事，在写这本书之前我确实是这样认为的。

可现在我才意识到，写一本印有自己名字的书是一件多么辛苦、责任多么重大的事情。

有的时候精神无法集中，写字好像挤牙膏；有的时候精神又太过集中，长时间坐着写作导致手腕酸痛，消化不良。

我开始打心眼儿里对这个世界上所有的作家肃然起敬，佩服不已，甚至怀疑他们是否具有超能力……

写书和写专栏根本就是两件无法比较的事情。

我承认写书是一个非常辛苦的过程，我也承认当初信誓旦旦保证这本书一定既通俗易懂又幽默风趣，但现在看来也并非如此。

但我保证书中的每个字、每篇文章都是我抱着极其严谨和认真的态度写下来的。

还有就是，我——姜润周虽然没能成为老师，但我热爱孩子的那颗心永远不会改变。

通过国际儿童抚养机构“韩国Compassion”，我和很多国家的孩子们成为了朋友。

虽然他们非常贫穷，需要物质上的支援，但在精神上，他们是绝对的“富翁”。

他们在信中提到会常常为我祈祷。

每当想起他们为我祈祷时握紧的那双双稚嫩的小手，我的心中总是充满着感激，有时甚至感动地流下眼泪。

我想，能够顺利地完成这本书，也是托了他们的福吧。

我买化妆品的开销可谓巨大。

这可能与喜欢喝酒的男人们花在酒上的钱性质类似。

我的购物清单中一半以上都是化妆品。

用于存款的账户也常常空空如也。

各式各样的化妆品摆满了我的化妆台和浴室柜，甚至连洗脸池和浴室的地上都是。

我还特意买了一个专门放置化妆品的专用收纳柜，由此可见我的化妆品有多少！

可即使是这样，我还是继续开心地“败”不停。

因为这可不是奢侈浪费，而是职业需要。

但是，我每次还是尽量少买一些化妆品，这样我每个月就能给那些需要帮助的朋友们多寄些钱。

这会让我觉得更加有意义，也会让我更加安心。

就像吃饭睡觉是很自然的事情一样，为那些贫困的朋友们奉献自己的一份爱心也应该是一件很自然的事。

只要能够帮助他们实现自己的梦想，花再多的钱也值。

相信这本书的读者中会有相当一部分是不惜花巨资购买昂贵化妆品的女性朋友。

虽然化妆品的吸引力巨大，但如果你能够少买几件化妆品，把这些钱花到更有意义的地方，那么你的内心也会像你的外表一样变得更加美丽！

o献给我第一本书的读者们化妆品绝对不可以过量购买，这是我一贯坚持的原则。

购买使用那些昂贵的化妆品，或是以收集几十个某品牌的润唇膏为荣，都是不可取的行为。

盲目地热衷于消费，化妆品也只不过是奢侈品罢了。

因为化妆品的销售价相对于其原料的价格来说，确实是高出了许多。

另外，只因为听别人说好就买回来的一堆各种各样的化妆品只会加重你皮肤的负担。

皮肤因此而变差就说是化妆品的原因，真可谓是“冤假错案”。

其实，我们首先应该确定自己真正需要的是哪类化妆品，明确目的再购买，并正确地使用它，它才会成为你的好朋友。

和化妆品愉快地相处是变美的最简单方法——这是我希望通过此书与大家分享的第一真理。

姜润周

## <<润周医生教你用对化妆品>>

### 内容概要

姜润周，可以称得上是韩国使用化妆品种类最多的人。

她以自己的亲身体会向人们推荐化妆品，不但被普通大众所认可和追随，还深受报社记者和美容编辑等业内专家的青睐。

她擅长用简洁易懂的语言来帮助人们了解那些叫法千奇百怪的化妆品，是一位为普通大众服务的化妆品专栏作家。

本书可以百分之百解答你关于化妆品的所有疑问。

## <<润周医生教你用对化妆品>>

### 作者简介

姜润周，她是来自韩国的化妆品达人，活跃于兰芝等多个国际知名化妆品品牌间的专栏作家；

她是韩国使用化妆品种类最多的人，一贯以自己的亲身体会向人们推荐化妆品，深受普通大众的认可 and 追随；

她擅长用简洁易懂的语言帮助人们了解那些叫法千奇百怪的化妆品；

## <<润周医生教你用对化妆品>>

### 书籍目录

Part 01 化妆品，你有多了解它，它就能让你变多美——购买化妆品前必须知道的几件事 化妆品对女人来说是一个特别的存在 女人为了化妆品能拼命 爱上化妆品会让你的人生更美好 了解化妆品后就会自然知道的三件事 皮肤分为六大类型 了解自身的皮肤问题 真正的化妆品达人不在乎品牌 非常遗憾，完美的皮肤是用金钱打造出来的 买化妆品，听自己的 购买化妆品是为今后十年或更远的未来投资 Part 02 为了变美，你必须知道的28个误区和习惯——记住了以下这些内容，购买化妆品就再也不会失败！

走出这些误区，你会变得更美 泡沫丰富的洗面奶不一定是好的 我不赞成只用卸妆油洁面 不要因为皮肤干燥就一味地购买大量化妆品 在炎热的夏季，只用化妆水反而对皮肤更有益 去皮肤科接受医疗美容护理纯粹是浪费金钱 电视购物超人气商品1：黄土面膜的“外衣” 电视购物超人气商品2：BB霜的秘密 一年前生产的化妆品能买吗 洗桑拿对皮肤有好处吗 消除必须使用粉饼的偏见 无油化妆品并非真正无油 植物性化妆品并非100%由植物成分制成 纤体护肤品不会减掉赘肉 男士并非只能用男士护肤品 想变美吗？

那就努力培养这些习惯吧 化妆也要分场合 使用化妆水时，用化妆棉比用手好 如果你家不是温泉入户，那就试试用淘米水洗脸吧 局部彩妆必须用专用卸妆液卸除 挑选防晒霜时，应仔细确认PA值 皮肤最渴望的不是化妆品，而是睡眠 冰块——夏季的最佳护肤品 眼部护理最好从高中毕业开始 用完化妆品后一定要将瓶口擦净 粉底刷必须每天清洗 坐飞机时最好带一瓶面部喷雾 还没有粉底刷吗？赶紧买一支吧 清洁肌肤不必非用搓 今天滥用化妆品，明天排队皮肤科 Part 3 给因皮肤问题而苦恼的你献上润周医生的化妆品处方——解决皮肤问题虽然没有标准答案，但却有最佳的化妆品可以应对！

水润妆容更适合干性皮肤 妆前乳——水嫩肌肤的一等功臣 按照不同的目的选择不同的遮瑕产品 按需选购去角质产品的秘诀 七大秘诀，教你怎样在繁忙的清晨快速打造完美妆容 把痘痕消灭在萌芽状态 如何挽救干燥肌肤？拼命补油吧 让你的化妆品“减减肥” 钱要用在“刀刃”上 Part 04 把它们放到你的愿望清单中吧！

润周医生为你担保的最佳品牌——最值得关注、最值得购买的十大品牌 悦诗风吟 倩碧 巴黎欧莱雅 兰芝 依泉 魅可 契尔氏 波比布朗 娇韵诗 兰蔻



## <<润周医生教你用对化妆品>>

### 章节摘录

化妆品对女人来说是一个特别的存在男人大都将化妆品看做是和日常使用的牙膏或是剃须刀一样的普通消耗品。

只有在面试或结婚，以及皮肤出现严重问题时，化妆品才会变得特殊些。

但是，化妆品对女人来说，除了是一种日常用品外，还有着特别的意义。

如果你问一个女人为什么要使用化妆品，她肯定会滔滔不绝地说出许多条理由。

就像衣服不仅仅是为了遮体一样，化妆品也不只是为了清洁、保湿或是修饰，它还包含着更深层次的意义。

化妆品可以助你打造出干净、健康的肌肤，还能解决皱纹、皮肤弹性下降、面色暗黄等诸多皮肤问题。

它既是一种掩盖面部缺陷的工具，也是表达一个人的情绪和内心世界的手段。

跟风明星们爱用的化妆品，希望自己有一天也能变得像明星一样漂亮，这样的梦几乎每个女人都做过。

所以即使化妆品的价格昂贵，她们也不惜为了拥有更靓的皮肤而一掷千金。

化妆品仿佛被赋予了魔力，让女人们欲罢不能。

因此，我们只有时刻保持头脑清醒，才能避免无谓的消费。

使用化妆品是一种自我修饰的行为。

一方面可以证明自己是一个懂得疼爱自己的女人，另一方面也有助于提升自己在别人眼中的形象指数。

另外，使用某一品牌的化妆品，从一定程度上也能说明你对该化妆品的推广理念或审美导向持有认同的态度。

比如乐活(一种健康和可持续的生活方式。

即简约其行，高尚其志，强健其身，和谐其境，这就是乐活，是后现代的生活时尚。

——译者注)一族会选择使用有机环保型的化妆品，使化妆品的使用与自己的生活方式保持一致。

她们推崇那些提出“真正的美在于坦然接受衰老这一事实”等类似理念的化妆品品牌，这也从侧面体现出乐活一族拥有着类似的价值观念。

没有一个女人会厌烦别人夸赞自己漂亮。

她们还会出于本能地努力让自己变得更漂亮。

而化妆品则是帮助女人们在现实中实现变美的梦想，掩盖自身缺点，让自己变得更加自信的最有力的工具。

因此，女人永远不是在购买化妆品，就是在去购买化妆品的路上。

价格标签上的数字与女人们获得的满足感成正比。

化妆品对于女人来说，确实是一个特别的存在。

而对此全然不知的男人们总是无法理解女人们为何对化妆品如此着迷。

“15毫升的眼霜竟然卖20万韩元(1万韩元目前约合人民币54元。

——译者注)？”

“早上时间那么紧，你就不能不画睫毛膏吗？”

小心迟到！

“看完电影钻进洗手间就不出来，这么半天都干什么了？”

“女人们当然知道这是为什么。”

她们反而觉得男人们问的问题都不能称之为是问题！

眼霜虽然价格贵一些，但是如果效果好，为什么不买？

迟到了可能会被领导骂，可作为一个女人，怎么能素面朝天地出门？

洗手间不仅仅可以“洗手”，它还是一个可以安心补妆的独立空间。

你们男人怎么会懂？

从某种角度来看，化妆品和药品有一定的相似之处。

## <<润周医生教你用对化妆品>>

比如通过化妆品中含有的有效成分解决皮肤问题，帮助皮肤恢复正常的状态。

除此之外，化妆品还是一种奢侈品。

拥有一件外形设计感十足或是价格昂贵的化妆品，不时地拿出来使用或是把玩，还能获得别人所没有的那种满足感。

有很多女人因为使用世界知名的昂贵化妆品，就常常在别人面前提起自己是这一品牌的拥护者。

虽然听起来有些可笑，但确实是事实。

化妆品的香味也是化妆品所不可缺少的一部分。

有些人对化学味道敏感而专门选择使用天然香料的化妆品品牌，不仅用于皮肤，还用于调节自身心理和生理状态。

比如睡觉前使用含有薰衣草精油的化妆品帮助入睡，或是疲劳的时候用含有薄荷精油的化妆品提神。

化妆品不但呵护你的肌肤，还能调节你的神经，真的很神奇！

女人为了化妆品能拼命花10万元的化妆品，其功效不一定能达到价值1万元的化妆品的10倍，女人们都知道这一点。

但是相比之下只要效果好上一点点，即便再贵也要买！

这也是女人的真实想法。

因此，即使知道化妆品广告大都夸大其词，大家也都怀着“总会有效果的吧”的期许，小心翼翼、日复一日地使用着这些宝贝们。

女人购买化妆品异常大方的原因还在于它不但能保持皮肤健康，解决皮肤问题，还能解决“其他的事情”。

我的母亲，是一位即使买一块香皂，也要亲自跑到大型超市和小区内的小卖部比较价格后才敢放心购买的人。

但说到购买化妆品，只要说是对皮肤好的，就一切OK。

上门推销化妆品的人只要来我家，就一定会有收获。

“润周呀，听说用这个能祛斑呢。”

在购买化妆品这件事上，妈妈的耳根子就是这么软。

使用后，即使没有太大的效果，但不知是不是因为化妆品有心理催眠的作用，只要脸色看上去稍微好一点儿，妈妈就会高兴得不得了。

我提醒她：“妈！”

人家可说的是色斑都能去掉呢！

“可每次妈妈都反驳我说：“我要是不用它，没准还不如现在呢。”

母亲是一个没什么酒量的人，一杯香槟下肚，脸就会变得通红，头也晕晕的。

她如果哪天喝了酒，我就惨了。

“润周呀，我现在头很晕，站都站不住了。”

洗衣服就交给你了啊。

你知道我最不喜欢脏衣服堆在那儿了。

“唉，我偏偏是一个最不爱洗衣服的人。”

洗涤液会让手变得粗糙，如果戴橡胶手套，手上的橡胶味好久都散不去，地板上到的水渍也让我很不爽。

但最神奇的是，即使母亲晕成这样，也不会忘了洗漱后涂抹她的那些化妆品。

虽然年轻时的白皙皮肤已不在，取而代之的是缺乏弹性、布满皱纹的暗沉肌肤，但母亲也会把使用化妆品看成是比生命还重要的事。

不仅母亲如此，我的妹妹更是有过之而无不及。

她说如果家里着了火，最先抱出来的肯定是钱和化妆品这两样东西。

夏天的时候，车子里面好像桑拿房，可妹妹就是不让我们开空调，还嚷嚷着“别开空调，冷风会让皮肤变得干燥的”！

为了皮肤，妹妹什么都能忍。

我们真是拿她没办法。



## <<润周医生教你用对化妆品>>

有的时候她甚至连玩笑都不许我们开，原因是“今天我没带眼霜，你们可别逗我笑，会长皱纹的”！每天专心致志地涂抹化妆品对女人来说有着相当重要的意义。所以她们的旅行箱里一定少不了化妆品。有时按时涂抹化妆品比按时吃饭都来得重要。如果计划去国外旅游，除了对目的地的向往之外，能够在免税店购买化妆品的喜悦也占了相当大的比例。和丈夫出门赴约前，即使时间紧迫也要在化妆台前精心涂抹一番，不化好妆是绝对不会跨出大门一步的。买到新上市的限量版腮红，就像新交了一个男朋友一样幸福无比。女人啊，为了化妆品真的能做到不顾一切！一部好车对于男人的重要程度大概等同于一身好皮肤对于女人的重要程度吧！虽然不是所有女人都这样，但女人们对化妆品的痴迷程度确实达到了一定的境界。像宋慧乔、全智贤、张真英、高贤贞、金熙爱这些演艺明星之所以被大家公认为是一等一的美女，完美的肌肤可能是首要原因。而化妆品的重要性也可见一斑。将变美的梦想变成现实，缺了化妆品可怎么行？每当我觉得自己对化妆品已经相当了解的时候，马上就会有另外一个声音在脑海中响起——你其实还差得远呢。化妆品对我来说，永远是一个未知的谜。各种各样的新产品像洪水一样不断涌现，我不但不觉得厌烦，反而好奇心大增。我会因为买到一件满意的化妆品而高兴一整天，从此觉得人生更加有意义。作为化妆品专栏作家帮助他人选择使用适合的化妆品，其实功劳不在我，而在化妆品。我是一个女人，是一个热爱化妆品的化妆品专栏作家，我为化妆品“拼命”，心甘情愿！

## <<润周医生教你用对化妆品>>

### 媒体关注与评论

想把我们的新产品第一时间推荐给她，并渴望第一时间听到这位专家的评价。  
她，就是姜润周。

相信这本书能够百分之百解答你所有关于化妆品的疑问！

——倩碧品牌经理车贤淑客观地告知读者关于化妆品的一切，包括那些“不能说的秘密”。  
丰富的知识和生动的经验之谈成为编辑们撰写化妆品指导文章时最具参考性的资料。

现在再也不用经常打电话给她了，因为我已经拥有了这本书！

——《东亚日报》记者金贤秀姜润周为我们在浩瀚的信息洪流中指明方向，通过通俗易懂的方式向大众传达正确的化妆品信息。

专门研究皮肤的专家们也可以将此书作为参考，因为你会发现和患者谈论起化妆品或皮肤时会更加容易沟通。

——皮肤科医生崔成宇我敢说，越晚知道润周医生，你的损失就越大！  
现在她出了书，我反而觉得有些失落，因为我不能独享这些美妙的文章了。

——首尔大学动物细菌学博士杨正鲜

## <<润周医生教你用对化妆品>>

### 编辑推荐

《润周医生教你用对化妆品》：倩碧品牌经理车贤淑：想把我们的新产品第一时间推荐给她，并渴望第一时间听到这位专家的评价。

她，就是姜润周。

相信这本书能够百分之百解答你所有关于化妆品的疑问！

《东亚日报》记者金贤秀：客观地告知读者关于化妆品的一切，包括那些“不能说的秘密”。

丰富的知识和生动的经验之谈成为编辑们撰写化妆品指导文章时最具参考性的资料。

现在再也不用经常打电话给她了，因为我已经拥有了这本书！

皮肤科医生崔成宇：姜润周为我们在浩瀚的信息洪流中指明方向，通过通俗易懂的方式向大众传达正确的化妆品信息。

专门研究皮肤的专家们也可以将此书作为参考，因为你会发现和患者谈论起化妆品或皮肤时会更加容易沟通。

首尔大学动物细菌学博士杨正鲜：我敢说，越晚知道润周医生，你的损失就越大！

现在她出了书，我反而觉得有些失落，因为我不能独享这些美妙的文章了。

<<润周医生教你用对化妆品>>

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>