

<<家庭自制面膜金典>>

图书基本信息

书名：<<家庭自制面膜金典>>

13位ISBN编号：9787506452120

10位ISBN编号：750645212X

出版时间：2008-7

出版时间：中国纺织

作者：凰朝工作室 编

页数：251

字数：250000

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>

<<家庭自制面膜金典>>

内容概要

想要一张洁白无瑕的脸吗？

想时光流转、美颜长驻吗？

面膜绝对是你漫长美容路上最忠实的朋友。

天然自制面膜有许多无法比拟的优点，它方便、实惠，最重要的是不含化学物质，让你的皮肤彻底放松，轻松吸收水分和营养，带给你意想不到的惊喜。

《家庭自制面膜金典》，快快行动吧，为重塑美丽肌肤而加油！

<<家庭自制面膜金典>>

作者简介

耿潇男，生活类图书资深策划人，撰稿人，北京瑞雅文化传播有限公司执行总监
长期效力于生活了图书的策划，撰稿及时尚生活潮流的观察研究
在流行时尚，服饰美容，营养美食，运动健身，亲子孕育，建筑家居以及相关领域有着深入敏锐
的观察和独到的见解
曾与海内

<<家庭自制面膜金典>>

书籍目录

PART 1 关于肌肤与面膜——美人必知的常识 护肤前先认识你的肌肤 肌肤的作用 护肤重点——保养你的角质层 面膜对肌肤的修复原理 自制面膜常用的天然材料 自制面膜常用的工具 自制面膜的注意事项 美人必知的保养重点——如何正确敷面膜 玩转四季的护肤诀窍 完美肌肤的养护策略 有助于美容的10个好习惯 测试：你的肌肤安全吗？

面膜护肤的Q&A PART 2 日常滋养面膜 [深层清洁面膜] 肌肤保养第一步——清洁 彻底去除油性脏污的卸妆方法 蜜桃燕麦去角质面膜 绿豆粉去角质面膜 橙皮巧克力去污面膜 花奶西红柿清洁面膜 咖啡去角质面膜 麦片酸奶去污面膜 黄瓜芦荟去角质面膜 丝瓜面粉洁肤面膜 牛奶砂糖洁肤面膜 [滋养保湿面膜] 你需要保湿补水面膜吗 让肌肤滋润有弹性的小秘笈 橘汁芦荟滋养修护面膜 豆腐蜂蜜保湿面膜 白芷绿豆粉保湿面膜 红糖蜂蜜保湿面膜 双汁蛋粉滋养面膜 双粉蛋粉保湿面膜 豆腐牛奶保湿面膜 橙子蜂蜜滋养面膜 蜂蜜牛奶滋润面膜 芦荟薏仁润肤面膜 冬瓜蜂蜜滋养面膜 [活肤亮颜面膜] 简单的按摩让眼部肌肤亮起来 胡萝卜美白润肤面膜 鲜柚莲子淮山美颜面膜 草莓酸奶滑肤面膜 蜂蜜梨汁活肤面膜 牛奶酵母美白面膜 [滋养保湿面膜] [活肤亮颜面膜] [控油理肤面膜] [时尚精油面膜] PART 3 针对问题肌肤的美肌面膜 [解决毛孔粗大问题的面膜] [抚平青春痘的面膜] [淡化肌肤皱纹的面膜] [淡化色斑的面膜] [改善暗沉肤色的面膜] [改善肌肤黝黑的病逝面膜] [安抚过敏肌肤的面膜] [镇静晒后肌肤的面膜] [消除脸部消肿的面膜] PART 4 用最家常的美丽材料做面膜 PART 5 汉方草本面膜 PART 6 不同肤质的面膜方案

<<家庭自制面膜金典>>

章节摘录

插图：PART1关于肌肤与面膜——美人必知的常识护肤前先认识你的肌肤肌肤不只是一层皮，而是人体最大的器官，它与我们的身体有着密切的关系。

要想有效养护肌肤，需要先认识它、了解它。

保护肌肤的外衣——表皮层表皮层位于肌肤的最外层，是肌肤的保护层。

在表皮层的底部生长着表皮细胞，刚形成的表皮细胞柔软、丰满、富含水分，伴随着人体的新陈代谢，表皮细胞会慢慢上升，渐渐向肌肤表层移动，并在这个过程中不断合成一种蛋白质，即角质蛋白。当表皮细胞最终到达表皮时，就变成了一层干瘪的硬壳，即最外层的肌肤。

这层肌肤就是既防水又可防止病菌侵入的防护层。

而这些表皮细胞会逐渐老化、自动脱落，这时新的细胞又从底层游移上来代替脱落的表皮细胞。

这样，表皮细胞就完成了一次新陈代谢。

表皮细胞的代谢周期为28天，但细胞代谢的速度会随年龄的增长而逐渐变慢。

让肌肤弹力十足的组织——真皮层表皮层下面的真皮层，是肌肤组织中最厚的一层，约占肌肤厚度的90%，肌肤大部分的重要工作都在这里完成。

真皮层由富有弹性的胶原质和弹性组织两种纤维构成，而胶原质和弹性组织则由纤维细胞构成。

随着年龄的增长，胶原质和弹性组织都会渐渐硬化直到退化，这样就会导致皱纹的形成。

油脂腺也隐藏于真皮层中，并一直延伸到表皮，通过肌肤表面的毛孔来分泌油脂。

另外，汗腺、分泌腺也在这一层。

在真皮层下方的是皮下脂肪层，它能使肌肤表面的轮廓美观。

另外，在脂肪层中间开始出现毛囊、汗腺、淋巴、神经末梢、较粗的动脉和静脉血管。

脂肪层中的淋巴液，随时可以将细胞代谢生成的残渣和废弃物带走。

最天然的滋养品——油脂与汗液对于肌肤自身来讲，油水平衡是最佳的状态。

而油脂腺分泌的油脂与外分泌腺分泌的汗液混合在一起形成的乳液是肌肤的天然滋养品。

最理想的情况下，肌肤可以根据外界环境的湿度和温度变化来自动调节水油比例，精确地调配出最适宜自身肤质的乳液。

这层天然滋养品略呈酸性，pH值在5.5左右，刚好可以允许与我们体内的有益菌体生存，帮助我们共同抵御有害物质的侵袭，保护肌肤。

<<家庭自制面膜金典>>

编辑推荐

天然·安全·有效·全面·简单的面膜焕肤术，让你拥有完美无瑕的精致雪肌。

5大类日常滋养面膜 针对9种肌肤问题的美肌面膜 24种最家常的美丽材料面膜 10种汉
方草本面膜 5种不同肤质的面膜方案 让所有护肤烦恼都迎刃而解

<<家庭自制面膜金典>>

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>