

<<从怀孕开始变美>>

图书基本信息

书名：<<从怀孕开始变美>>

13位ISBN编号：9787508643519

10位ISBN编号：7508643518

出版时间：2014-1-1

出版时间：中信出版社

作者：小P老师

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>

## <<从怀孕开始变美>>

### 内容概要

《从怀孕开始变美：小P老师教你孕期360度美丽养护》是本神奇的孕期保养书能给你带来漂亮、快乐的正能量！

小S这样评价《从怀孕开始变美》这本书：“让孕妈妈变漂亮，心情变好，这就是最好的胎教！”

孕期用什么护肤品？

能不能化妆？

怎样防止妊娠斑？

肌肤暗沉、面部水肿怎么办？

饮食上要注意什么？

产后怎样消灭小肚子？

孕期脱发怎么办？

不能经常洗头，非得剪短发吗？

身材变化后该穿什么？

……  
孕妈们最关心的问题，小P老师在这《从怀孕开始变美：小P老师教你孕期360度美丽养护》中为大家一一解答。

这本实用的操作秘籍分为面部保养篇、身体保养篇、头发护理篇和服饰搭配篇。

小P老师联合20位专家，为孕期女性提供全面、专业、权威的建议；多位辣妈也组成智囊团现身说法，将心得体会娓娓道来。

聪明的女人会将怀孕作为变美的契机，展现最美的生命姿态。

在保证健康的前提之下，孕妈多花一点点心思来修饰自己，就可以美美地迎接上天赐予的生命礼物！

## <<从怀孕开始变美>>

### 作者简介

小P老师，美容专家，亚洲最具人气造型师，曾担任大小S、林志玲、蔡康永、何炅、黄晓明等知名艺人专属造型师。

超级时尚达人。

曾为金马奖、戛纳影展、釜山影展做造型设计。

参与《美丽俏佳人》《今夜女人帮》《我是大美人》等多档电视节目录制。

在《时尚COSMO》《红秀》《瑞丽服饰美容》《健康之友》等多本杂志开设专栏。

凭借对时尚敏锐的感知力，对美容护肤、整体造型设计的准确把握和诠释，小P老师被时尚媒体誉为“最具贡献专家”、“百变造型魔法师”。

## <<从怀孕开始变美>>

### 书籍目录

#### 第一章 面部保养篇

1. 怀孕后更要重视护肤
2. 护肤品的选择与存放
3. 面部过敏需谨慎
4. 让面膜为肌肤加分
5. 解决面部水肿的方法大公开
6. 加强防晒，拒绝长斑
7. 和痘痘肌say 拜拜
8. 不要被叫“黄脸婆”
9. 淡妆，让幸福的准妈妈更美
10. 为不同职业的孕妈打造三种风格美妆
11. 彻底卸妆，肌肤无负担再入眠
12. 孕期也别忘记去角质
13. 精油，有人爱有人怕

#### 第二章 身体保养篇

1. 孕期该不该控制饮食？
2. 孕期水肿别担心
3. 给自己多一点儿活力
4. 正确看待“妊娠纹”
5. 产后，我要瘦成一道闪电
6. 消灭小肚子，离辣妈再进一步
7. 这样穿高跟鞋，美丽又安全
8. “变美利器”还是“隐形杀手”？

#### 第三章 头发护理篇

1. 孕期护发产品挑选及保养
2. 谁说孕妇非要剪短发？
3. 防治孕期脱发有妙招
4. 即使不洗头，发型也有大变化

#### 第四章 服饰搭配篇

1. 职场辣妈的简洁造型
2. 全职辣妈的休闲造型
3. 正式场合的特别策划
4. 孕妇禁忌单品

附录 拍出完美孕照的“心机”指南

<<从怀孕开始变美>>

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>