

<<120个最容易犯的美容错误>>

图书基本信息

书名：<<120个最容易犯的美容错误>>

13位ISBN编号：9787801797322

10位ISBN编号：7801797329

出版时间：2008-10

出版时间：中国致公出版社

作者：黄胜

页数：290

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>

<<120个最容易犯的美容错误>>

前言

爱美之心人皆有之。

为了美丽，很多女性在脸上和身体上进行各种手术，将各种美容类的膏或者各种美容类的水在脸上涂涂抹抹。

但是，在追求美的同时，很多美眉在不断地重复着一些小小的“美容错误”，这些容易被忽略的小细节，将会成为扮靓之旅上的最大绊脚石。

一般的错误，我们完全可以视而不见，可是，如果这些错误有关我们的容貌的话，恐怕我们将不会有下一次改过的机会了。

每年、每月、每天，一些小小的“美容错误”都在被我们不断地重复着，日积月累后会给你娇嫩的肌肤造成不可挽回的伤害。

看看本书为你指出的120个美容错误，从今天开始检讨一下你的美容习惯。

想美丽，就必须做到全全面面，爱美的你想必对自己平素的保养心得颇为满意吧？

但是不是有一些小小的方面尚有些许不足呢？

快来看看我们的美容错误，相信能帮你一点儿忙噢！

看看下面的美容错误是否发生在你的身上呢？

1. 不明就里 皮肤类型辨不清在生活中我们经常看到，很多女性所用的日用化妆品都很名贵，一些女性甚至专门从国外邮购最高档的化妆品，可令人遗憾的是，在这些名贵化妆品的辅助下，她们的皮肤却不见好转，出油的T字部位依然是油光闪闪。

导致这种结果的原因就是她们不明就里，对自己皮肤的性质不加辨别而胡乱采用化妆品。

2. 轻信承诺 几分钟改变肤质许多人很容易轻信他人，特别当所谈的内容涉及到自己的皮肤问题时，他们不仅格外关注，而且对他人所说的内容也百分之百地认同。

也正是这样，很多美容院利用这一弱点，成功地向客户们推销出了自己的产品。

然而客户使用了这些产品后，并没有出现预期的效果。

可是此时悔之晚矣。

这能怪谁呢？

只能怪自己太容易轻信美容院的说辞了。

3. 保养用品 一分价钱一分货面对化妆品柜台上的各类润肤产品，以及一系列花样百出的宣传广告和促销手段，你是不是感觉到选择一种适合自己的润肤产品真难？

面对一大堆高科技和高价位的保养品，你难以做出选择，于是就以“便宜没好货”为标准，选择最贵的。

你认为，虽然它们都宣称能滋润皮肤，但价钱昂贵的，效果一定更好。

而实际上，这种认识是错误的。

4. 粗心大意 随意丢弃保护膜你是一个大大咧咧的女孩儿，对生活中的很多细节从不在意，也很容易忽略一些美容小问题，每当你购买一些化妆品时，你总是习惯性地会将化妆品中的透明薄膜随手扔掉。

可是你不知道这层薄膜的存在自有其价值，它是使你的化妆品不易变质的一层保护膜，而不是随随便便的一层薄膜。

所以，以后使用化妆品时，不要再随意丢弃盒内的保护膜。

上面这些美容错误发生在很多女性身上，这些错误是她们在追求美丽的同时都不愿意看到的，它们在本书中有详细的介绍。

本书在每个美容错误中都有四个小栏目：第一个栏目“引以为戒”介绍他人因美容错误所造成的不良后果，并提醒大家注意，这其中也有一些社会的报道及群众的共识。

第二个栏目“走出误区”主要是深度分析造成美容错误的原因和避免的方法。

第三个栏目“美容快车”告诉女性朋友正确的美容方法。

最后一个栏目“专家点睛”主要是引用美容专家对‘美容错误’进行的总结。

决定女性美丽的因素有很多种，女性的心态、情绪、饮食习惯、美容方式、美容意识、健身美体等，这些都是不可忽视的话题。

<<120个最容易犯的美容错误>>

在女性的日常美容中，女性朋友要时刻关注自己的各种美容习惯，如果稍有疏忽，就会犯下看似平常却不可弥补的错误。

问题的关键就是：我们一定要避免那些可能导致严重后果的错误！

为了给大家带来正确的美容方法，为了让大家有一个清醒的认识，笔者精心编写了这本书，分别列出了可能影响美丽的各种小错误。

全书列举了大量的美容实例，读来触目惊心。

针对每一个错误，笔者还专门列出了解决相关问题的办法，为读者全方位了解美容提供了独到的意见

。

<<120个最容易犯的美容错误>>

内容概要

决定女性美丽的因素有很多种，女性的心态、情绪、饮食习惯、美容方式、美容意识、健身美体等，这些都是不可忽视的话题。
在女性的日常美容中，女性朋友要时刻关注自己的各种美容习惯，如果稍有疏忽，就会犯下看似平常却不可弥补的错误。

<<120个最容易犯的美容错误>>

书籍目录

第一部分 37个美容方式的 错误 错误001 不明就里 皮肤类型辨不清 错误002 轻信承诺 几分钟改变肤质 错误003 护理手法 仅以喜好为基础 错误004 滋润肌肤 水分多点再多点 错误005 风光常现 夏季也来化浓妆 错误006 烈日骄阳 唯有夏季才防晒 错误007 拒绝强光 防晒倍数节节高 错误008 顾此失彼 防晒仅在面颈间 错误009 享受阳光 日光浴无需防晒 错误010 积极防晒 晒后修复却无心 错误011 改善痘痘 加量使用洗面乳 错误012 欲盖弥彰 浓妆遮住青春痘 错误013 谨用慎行 小视盐水可除痘 错误014 常做面膜 方便快捷容颜俏 错误015 消除皱纹 爱上滋润保养品 错误016 保持干净 一有时间便洗脸 错误017 告别油光 毛孔粗大强收敛 错误018 追求无害 唯用婴儿护肤品 错误019 增白无度 坚信一白遮百丑 错误020 防衰抗老 迷恋“面部保健操” 错误021 扑洒厚粉 红光满面祛黯淡 错误022 贪图省事 香皂杀菌效果佳 错误023 罗曼蒂克 香水喷洒在娇颜 错误024 酷爱“面子” 颈部防皱不问津 错误025 高效眼霜 省去保养的烦琐 错误026 对症下药 眼霜仅涂眼角上 错误027 眼霜按摩 手指用力来涂抹 错误028 成分无别 面霜用来替眼霜 错误029 爱美天性 双目灿然放光彩 错误030 保护眼睛 深层护理不重视 错误031 一劳永逸 忍痛拔眉免修剪 错误032 省时省力 用手拍打爽肤水 错误033 防止脱发 不明病因瞎忙乎 错误034 纤纤素手 不用保养也青春 错误035 时尚美甲 我的青春我做主 错误036 丝瓜美容 用布摩擦更光滑 错误037 尽显魅力 卸妆程序不在意

第二部分 39个美容意识的 错误 错误038 保养用品 一分价钱一分货 错误039 经济实惠 保质期内皆有效 错误040 特别保养 春季里来不用为 错误041 中性肤质 夏季无须做保养 错误042 皮肤过敏 一心怪罪化妆品 错误043 皮肤敏感 认定是过敏肌肤 错误044 天生过敏 就视美容如“蛇蝎” 错误045 防止过敏 天然护肤最安全 错误046 雌性激素 用得越多越年轻 错误047 认定品牌 坚持使用不更换 错误048 护肤单一 霜分早晚没必要 错误049 天花乱坠 美容医师够权威 错误050 淋漓尽致 深层滋润透到底 错误051 净化肌肤 雨水功劳不可没 错误052 药效护肤 长期使用保健牢 错误053 素面朝天 画蛇添足做隔离 错误054 白日靓丽 夜间护肤不必要 错误055 未老先衰 不是饮食惹的祸 错误056 水果蔬菜 富含纤维时时补 错误057 营养丰富 直接食用生鸡蛋 错误058 加快代谢 多喝咖啡是关键 错误059 果汁替水 一举多得美容好 错误060 害怕疤痕 挤压粉刺不可为 错误061 祛除皱纹 按摩方式无所谓 错误062 浓郁香气 高雅身份显档次 错误063 天气渐凉 热水洗脸清洁好 错误064 温和洁面 泡沫越少越有效 错误065 清水洗脸 不伤皮肤本色保 错误066 小心翼翼 洗脸越久越清洁 错误067 防晒面霜 涂在眼部也无妨 错误068 妩媚动人 剪掉睫毛盼更长 错误069 烟雾缭绕 冷艳妖冶美依旧 错误070 增加营养 残留少量护发素 错误071 洁发养发 合二为一更方便 错误072 购买发梳 随心所欲任我选 错误073 梳发去污 不理发发质区别 错误074 旧貌新颜 拉皮手术立显现 错误075 无需保养 磨皮术后永青春 错误076 注重外表 忽略气质吸引力

第三部分 28个生活美容的 错误 错误077 粗心大意 随意丢弃保护膜 错误078 睡眠养颜 只愿长睡不愿醒 错误079 自以为是一日不离纯净水 错误080 饕餮盛宴 柠檬原汁喝个够 错误081 为求白皙 维生素C猛劲吃 错误082 美容圣经 只进补养颜食品 错误083 拒绝异味 坚决不吃美容蒜 错误084 蒸汽美容 时间越长越有效 错误085 水嫩肌肤 沐浴滋养在每日 错误086 浴后化妆 事半功倍定妆好 错误087 继续滋养 无须为头发卸妆 错误088 清洁头发 随意选择洗发液 错误089 拔苗助长 定期修剪续青丝 错误090 过犹不及 没事对镜梳秀发 错误091 频繁烫发 风情万种亦脱俗 错误092 色彩斑斓 追求时尚勤染发 错误093 擦拭脸部 不在意毛巾质地 错误094 避免浪费 一条毛巾寿命长 错误095 闲得无聊 边做面膜边聊天 错误096 长甲一族 众人瞩目成焦点 错误097 为了美甲 指甲油从不离手 错误098 滴酒不沾 洪水猛兽远避之 错误099 高跟显美 无关乎双脚美容 错误100 皮肤增厚 脚部皲裂亦无妨 错误101 足部保养 不在乎护理步骤 错误102 操劳过度 只能痛并快乐着 错误103 习惯使然 便秘无关美容“课” 错误104 玲珑娇躯 塑身内衣不丢弃

第四部分 16个健身美体的 错误 错误105 略显肥胖 何必庸人自扰之 错误106 不吃早餐 曼妙身躯可呈现 错误107 节食过度 片面追求好身材 错误108 素食主义 享“瘦”就要“瘦”到底 错误109 为达目的 不惜尝试减肥药 错误110 减肥塑身 只重运动不重口 错误111 随心所欲 管他运动几宗罪 错误112 颈部健美 有空就来多甩头 错误113 丰胸手术 玲珑娇人立显现 错误114 穿孔美体 打眼越多越欢喜 错误115 标榜个性 文身炫示独特美 错误116 瘦身减肥 拒绝米饭高热量 错误117 抑制食欲 不讲究食物色系 错误118 不吃酸食

<<120个最容易犯的美容错误>>

不愿成为醋女人 错误119 运动计划 并非年龄说了算 错误120 游泳减肥 速度越慢越有效主要参考书目

<<120个最容易犯的美容错误>>

章节摘录

难道真如小雪所认为的那样，手部不需要任何保养，即使保养也无法留住它的青春与美丽吗？不错，我们的手每天暴露在外，风吹日晒，再加上用手来写文章、打电脑、做家事甚至拨电话、拿取东西等，手很容易受损，但这并不表明手就不需要保养，也不能通过保养来留住它的青春与美丽。事实上，只要保养得当，纤纤素手一点儿也不难拥有。

保养双手，首先要从防晒做起。

日晒是皮肤老化的最大导因，手部当然也不例外，阳光不只会将你的手部肌肤晒黑，还会让你的肌肤产生斑点、皱纹，所以，防晒乳液的使用是不可或缺的。

骑车时，请记得戴上手套，夏天遮太阳，冬天可挡寒风。

除此之外，洗衣、刷碗等活几经常需要用手来完成，而洗衣粉以及洗洁精里所含的化学成分往往容易刺激人的皮肤，经常接触这类化学产品，极易对手部造成伤害。

所以，在做这些家务活时，一定要戴上防水的橡皮手套，在使用手套后和每日临睡前还要搽上护手霜来保养双手。

另外，每周以去角质霜、润泽或保湿面膜以及护手霜来为手部做一次加强保养，也是护理手部皮肤所必不可少的环节。

每天早晚保养脸部时，沾了化妆水的化妆棉擦完脸之后，也可顺手用来搽拭手背，搽乳液、日晚霜时，顺手将多余的量涂抹在手中，日积月累下来，你会发现，其实有一双纤纤玉手并不是太难的事。

<<120个最容易犯的美容错误>>

编辑推荐

《120个最容易犯的美容错误》主要介绍了决定女性美丽的因素有很多种，女性的心态、情绪、饮食习惯、美容方式、美容意识、健身美体等，这些都是不可忽视的话题。

在女性的日常美容中，女性朋友要时刻关注自己的各种美容习惯，如果稍有疏忽，就会犯下看似平常却不可弥补的错误。

不明就里 皮肤类型辨不清 滋润肌肤 水分多点在多点改善痘痘 加量使用洗面乳保持干净 一有时间便洗脸 追求无害 唯用婴儿护肤品增白无度 坚信一白遮百丑 罗曼蒂克 香水喷洒在娇颜成分无别 面霜用来替眼霜 一劳永逸 忍痛拔眉免修剪 纤纤素手 不用保养也 青春时尚美甲 我的青春我做主 皮肤过敏 一心怪罪化妆品 天花乱坠 美容医师够权威 妩媚动人 剪掉睫毛盼更长 旧貌新颜 拉皮手术立显现 美容圣经 只进补 养颜食品 频繁烫发 风情万种亦脱俗 玲珑娇躯 塑身内衣不丢弃 标榜个性 文身炫示独特美

<<120个最容易犯的美容错误>>

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>