

<<靓肤膜术>>

图书基本信息

书名：<<靓肤膜术>>

13位ISBN编号：9787811205855

10位ISBN编号：7811205858

出版时间：2009-1

出版时间：汕头大学出版社

作者：金志映

页数：233

译者：苏平

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>

<<靓肤膜术>>

前言

刚看到这本书，首先映入眼帘的是“天然食物面膜”这几个字。我本身信奉自然医学——中医学，“天然”这两个字对我来说充满魅力，让我不由自主地迷上了这本书。

我认为，这本书担负着解放深受环境公害和化学制品侵害的现代人的皮肤的使命。

那么，天然面膜都有哪些？

义都是怎样做成的？

各有什么样的效果？

带着这些疑问，我从头到尾仔细阅读九比书。

通过阅读，疑问一个个解开，我不由得感叹：“啊！

原来如此！

”加上书上有很多照片、插图，非常便于理解。

而且书中还有不同皮肤类型的人使用每种产品后的效果反馈，因没有经过作者刻意的过滤。

<<靓肤膜术>>

内容概要

中医学中有一条金科玉律，叫做“医食同源”，说的是饮食和医药的根源相同。

用食品治愈疾病的方法叫做食疗法。

平常我们吃的食物，很多都可入药。

此书中介绍的就是那些既是食物同时也是中药材的、营养充足的材料。

古代先贤孔子、孟子都说过，通过书本学习知识远远不够，只有将这些知识真正地融入自己的身心，才是真正学习。

就是说，学习要用头脑领会、用身体亲自体验。

本书除介绍了护肤的相关知识，还介绍了体验的方法，单是读完这本书还远远不够，必须亲自制作各种面膜，亲身体会，才能成为真正的皮肤美人。

<<靓肤膜术>>

作者简介

金志映，曾经因过敏性皮肤而苦恼的Yoyobebe，通过使用不含化学成分的天然面膜，拥有了健康、充满生气的皮肤。

这之后，她开始向公众介绍这些任何人都可以很方便地制作的天然食物面膜，一度成为热门话题。

她是韩国最大的社区网站Cyworld（中国赛我网的始祖）肌肤美容频道的冠军作《用1000韩元变漂亮》（1000韩元约合5元人民币）的作者。

Yoyobebe目前运营着肌肤美容主题的社区网站，并且为女性网站CasYIFoxy、1300K、Olive TV以及多个互联网美容网站的专栏撰稿并做讲义，广泛传播着天然食物面膜。

<<靓肤膜术>>

书籍目录

想变漂亮，只要做到以下几点适合不同皮肤类型的食物面膜DIY食物面膜所需的辅助材料制作食物面膜和香皂所需的工具敷面膜的基本顺序和方法消除毛孔污垢和角质护理 绿茶洁面油 红糖洁面剂 蛋清洁面剂 牛奶洁面剂 盐洁面剂 啤酒洁面剂 米糠面膜 红酒面膜 菠萝面膜 苹果面膜问题肌肤的镇静和皮脂护理 胡萝卜面膜 卷心菜面膜 西兰花面膜 绿茶面膜 艾草面膜 海带面膜 芦荟面膜 西红柿面膜 栗子皮粉面膜 白醋面膜 洋葱面膜 红豆面膜 橡子粉面膜黄褐斑、斑点护理和美白 草莓面膜 土豆面膜 大米面膜 生菜面膜 黄瓜面膜 西瓜皮面膜 香瓜面膜 菠菜面膜 红薯淘米水面膜 猕猴桃面膜 石榴面膜 橘子面膜保温、营养和延缓衰老 香蕉面膜 葡萄面膜 梨面膜 燕麦粉面膜 黑芝麻面膜 大麦粉面膜 洋蘑菇面膜 大蒜面膜 蛋黄面膜 巧克力面膜 大豆面膜制作天然护肤品和洁面皂 苹果爽肤水 柠檬爽肤水 芝麻爽肤水 黄瓜爽肤水 艾草爽肤水 豆浆护肤霜 彩椒洁面皂 菠菜洁面皂 巧克力洁面皂美丽加法 手部护理 唇部护理 眼部护理 足部护理 头发护理 全身护理把男朋友变成花样美男

<<靓肤膜术>>

媒体关注与评论

洪京花：鼻子周围的黑头是我最大的烦恼。自从用了蛋清面膜。我的皮肤不但变得又嫩又滑，就连皮脂也大大地减少了。制作方法超级简单，又是Yoyobebe亲自试过才介绍给大家的。所以用起来特别放心。用不到1000韩元的材料制作效果满分的面膜，这本书真是太实用了。

Cookyool：有一天，我的皮肤不知道为什么变得松松垮垮的。看到Yoyobebe牛奶面膜的瞬间，我脑海中立刻闪现三个字：“就是它！”做完面膜之后，我的皮肤变得特别柔软细腻，心情也随之好了许多，就忍不住给男朋友也做了一个面膜，呵呵。没想到男朋友也特别喜欢，还让我以后也给他做呢！多亏了Yoyobebe，不但让我的心情大好，还让我男朋友也变得更帅了，我真是太开心了。

吴宇丽：这本书是为我的家人买的。难得和妈妈一起躺着做面膜，这种感觉真的很温馨，很幸福。下次我还打算给爸爸也做个面膜。像这样每周和家人做两次面膜，家人之间的感情也会增进不少吧。做面膜就像是给家人送出一个个小礼物，他们的皮肤变好了，我也很开心。

Grace7942：不知道从什么时候开始，我的脸上开始冒出一个一个小痘痘，现在整个脸的皮肤，都变得很粗糙。看到苹果爽肤水的制作方法，我立刻尝试做了一次，没想到原来泛红的皮肤真的镇静了许多。可能是红酒起到了一定的作用吧。总之，我会和Yoyobebe并肩战下去的，直到用天然材料打败痘痘的那一天！

<<靓肤膜术>>

编辑推荐

即使不修边幅，也能让你恒久闪亮。

只花5元钱就能让你容光焕发的46种天然食物面膜。

制作起来超级简单的46种天然食物魔力面膜，每天给自己10分钟 = 每天给自己的形象加10分，现在就让我们打开冰箱吧！

变美的魔法就在其中。

粗大的毛孔、干燥的皮肤、油脂分泌旺盛引发的痘痘.....这些皮肤问题Yoyobebe的DIY面膜都能帮你解决！

——为你介绍46种超级简单的天然食物面膜。

作者简介：金志映，曾经因过敏性皮肤而苦恼的Yoyobebe，通过使用不含化学成分的天然面膜，拥有了健康、充满生气的皮肤。

这之后，她开始向公众介绍这些任何人都可以很方便地制作的天然食物面膜，一度成为热门话题。

她是韩国最大的社区网站Cyworld（中国赛我网的始祖）肌肤美容频道的冠军作《用1000韩元变漂亮》（1000韩元约合5元人民币）的作者。

Yoyobebe目前运营着肌肤美容主题的社区网站www.yoyobebe.com，并且为女性网站CashFoxv、1300K、Olive TV以及多个互联网美容网站的专栏撰稿并做讲义，广泛传播着天然食物面膜。

<<靓肤膜术>>

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>