

## <<美白101个小窍门>>

### 图书基本信息

书名：<<美白101个小窍门>>

13位ISBN编号：9787564014872

10位ISBN编号：7564014873

出版时间：2008-10

出版时间：北京理工大学出版社

作者：橡树国际健康机构

页数：179

字数：165000

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>

## <<美白101个小窍门>>

### 前言

爱美之心人皆有之，每个人都想拥有白皙润滑的皮肤。

在古希腊神话里，天神常常嫉妒凡人的美，而凡人为了自己心爱的人，则希望自己美上加美。

无论男女，拥有白皙的融就等于拥有了美丽。

但不是每个人都天生拥有白皙的肌肤，即使这样也不要泄气，因为通过后天的美白保养也会使你成为“白雪公主”或“白马王子”。

古代的人们用水粉、胭脂等化妆品来保养皮肤，而现在化妆品的品种已经丰富多了。

各种品牌的化妆水、洁面乳、面膜、隔离霜、精华液等美白产品琳琅满目，为人们美白护肤提供了更多的选择。

很多渴望拥有美丽肌肤的女性会选择不同的护肤方法，但如果方法不对，常常会事倍功半，不但起不到应有的效果，还会给皮肤带来伤害。

因此，掌握正确的美白方法是使肌肤美白靓丽的关键。

美白皮肤不是一时的事情，肌肤需要分阶段的护理。

由于一年四季的气候不一样，皮肤的状态也会相应的产生变化，这就需要运用不同的美白方法来达到美白肌肤的作用。

只有根据气候及皮肤的变化，选用合适的美白方法，才能在一年四季里保持肌肤的白皙靓丽。

美白皮肤就要防晒，紫外线是晒黑皮肤的罪魁祸首，因此美白最重要就是防紫外线辐射。

尤其是夏天，烈日炎炎，强烈的紫外线照射对肌肤的伤害很大，如果是皮肤过敏者，还会出现红、热、灼痛等症状。

## <<美白101个小窍门>>

### 内容概要

俗话说：一白遮百丑。

无论男女，拥有白皙的肌肤就等于捕获了美丽。

爱美之心，人皆有之，每个人都会羡慕拥有白皙肌肤的人。

但并不是每个人都天生拥有雪白的肌肤，即使这样，你也不需要感到懊恼：因为后天的美白保养同样会让你拥有白皙的肌肤，让你成为梦想中的“白雪公主”或“白马王子”…… 美白需要一些具体的方法和小窍门。

多种多样的美白方法使美丽成为一种时尚的生活体验，同时也为你在追求美丽的过程中增添了许多生活乐趣。

101个美白小窍门让你根据自己的肌肤特点，选择适合自己的美白方式。

本书从14个方面对美白方法进行了分类介绍：四季美白、时尚美白、去角质美白、去黑头美白、美白防晒、美白祛斑、美白保湿、排毒养颜、祛痘美白、面膜美白、西医美白、饮食美白、汁饮美白。

每章都从1个方面推荐几种具体的美白方法，详细讲解了美白的小窍门。

人们可以根据自己的具体情况来选择适合自己的美白方法，达到美白肌肤的目的。

## &lt;&lt;美白101个小窍门&gt;&gt;

## 书籍目录

Part 1 四季美白好方法 早春牢记5个最基础的护肤步骤 春季巧用矿泉水美白 春季美白5大魔法 夏末用印度土法急救你晒伤的肌肤 干燥秋季, 洁面用好3种纸Part 2 时尚美白小窍门 美白生活小细节 对抗色斑超有效的美白宝贝 养成美白好习惯 薏米的神奇 红糖美白的奥妙 熬夜也有好肌肤 4个窍门让你白得彻底 洗出一张漂亮的脸Part 3 去角质, “代谢”你的黑皮肤 去角质——仲夏肌肤嫩滑的秘诀 4款去角质产品大比拼 5种情况下皮肤不适合去角质 安全去角质, 皮肤细腻又光滑 不同肤质去角质方法也不同 护唇小妙招Part 4 去黑头与拯救毛孔粗大的完全对策 去黑头+收缩毛孔知识问答 去黑头步法 有效去除黑头全方位新方法 痘痘、黑头快速根治的奥秘 美白: 清洁+控油+保湿=零毛孔 4种粗大毛孔的成因及解决方法 20岁美女收缩毛孔的正确做法 粗大毛孔不要使用收敛护肤产品 毛孔粗大的大雷区Part 5 防晒, 美白肌肤的第一步 10条全年通用的基础防晒小秘笈 晒后的美白保养 涂抹防晒霜应注意的问题 种错误方法让你的脸晒伤变黑炭 怎样选择一款适合的防晒霜 清洗防晒霜最好使用卸妆产品 暴晒一整天肌肤该如何保养 有车族的防晒攻略 白皙肌肤打造技巧Part 6 防衰抗皱, 红颜不老的秘方 电脑族: 防衰抗皱妙招 大错误细节阻碍皮肤变白 各年龄肌肤抗衰美白全攻略 种水果帮你抵抗衰老, 轻松变白 眼角、嘴角护理妙法 运动让你由内而外白得彻底 红颜不老招Part 7 美白祛斑, 打造完美肌肤Part 8 美白保湿, 保湿美白出奇效Part 9 排毒养颜: 美白先排毒Part 10 祛痘美白, 消除痘印, 还你光洁肌肤Part 11 面膜美白, 最亲肤、最高效Part 12 西医美白, 西方美白疗程方法Part 13 饮食美白, 细嫩肌肤吃出来Part 14 汁饮美白: 喝出好肌肤

## <<美白101个小窍门>>

### 章节摘录

经医学美容专家在果酸美白祛斑实验中证实，果酸的细小分子有着超强的渗透力，能很快渗入毛孔，与肌肤细胞液中的尿酸分子相互作用，能够在短时间内剥脱老化角质，破坏部分表皮或真皮，促使肌肤再生更新，同时还能淡化色素沉着，从而使肌肤变得光滑细致、白皙无暇。

操作方法：（1）用毛巾包好头，需要注意的是，应将耳朵也包起来，防止果酸液流入耳朵里。

然后，再按常规的方法，用特殊的洁肤产品清洗面部肌肤，去除彩妆、灰尘及油脂。

（2）用大小不同的棉片分别盖住眼、嘴唇及颈部，接着用消过毒的纱布蘸透果酸美白液，均匀涂抹并覆盖面部肌肤，停留5~9分钟，便于果酸充分发挥剥脱更新的作用。

（3）待果酸液停留足够的时间后，使用果酸活化素（tiP中和液）涂抹于纱布上，这时会出现泡沫沸腾的现象，这是果酸中甘醇酸被中和的正常反应。

（4）用棉片清洁面部，使用果酸按摩产品进行短暂轻柔的按摩，舒缓滋润肌肤，激活肌肤细胞活力。

（5）用果酸美白面膜涂于面部肌肤上，以补充肌肤养分。

10分钟后，卸去面膜，清洁面部，此时，面部肌肤会倍感清新透气、舒爽细滑。

（6）最后，进行基础保养。

使用柔肤水、眼霜、润肤乳等保养品进行基础保养。

如果是在白天进行的护理，还要涂抹一层防晒霜。

## <<美白101个小窍门>>

### 编辑推荐

美白小窍门，健康肤色的大文章。

美白小窍门，《美白101个小窍门》帮你留住妖美容颜。

俗话说：一白遮百丑。

无论男女，拥有白皙的肌肤就等于捕获了美丽。

爱美之心，人皆有之，每个人都会羡慕拥有白皙肌肤的人。

但并不是每个人都天生拥有雪白的肌肤，即使这样，你也不需要感到懊恼，因为后天的美白保养同样会让你拥有白皙的肌肤，让你成为梦想中的“白雪公主”或“白马王子”……

<<美白101个小窍门>>

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>