

靓丽美女发型

本书彻底研究了发型技巧，不论是卷发、扭转、麻花辫、发髻，还是刮发的基本技巧与时尚发饰的应用，都有详细的介绍与说明，全部发型你都能一个人自己轻松搞定，即使是第一次挑战或觉得自己笨手笨脚的人也能通过本书详细的步骤轻松DIY。



中国古籍出版社



医药学院 610 2 12053920

明杉◎编著





医药学院 610 2 12053920

靓丽夫 女发型



中医古籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

康寿盛典 / 明杉编著. — 北京 : 中医古籍出版社, 2006.9

(家庭保健知识丛书)

ISBN 978-7-80174-465-4

I. ①康… II. ①明… III. ①长寿—保健—普及读物 IV. ①R161.7-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 114942 号

书 名 : 靓丽美女发型

编 著 : 明 杉

责任编辑 : 樊岚岚

出 版 : 中医古籍出版社出版发行

(北京东直门内南小街 16 号 100700)

发 行 : 全国各地新华书店经销

印 刷 : 北京旺银永泰印刷有限责任公司

开 本 : 889×1194 毫米 16 开

印 张 : 5

字 数 : 42 千字

版 次 : 2010 年 9 月第 2 版 2010 年 9 月第 1 次印刷

书 号 : ISBN 978-7-80174-465-4

定 价 : 22.80 元

版权所有 侵权必究

前言

本书彻底研究了编梳技巧，不论是卷发、扭转、麻花辫、发髻，还是编发的基本技巧与时尚发饰的应用，都有详细的介绍与说明，全部发型你都能一个人自己轻松搞定，即使是第一次挑战或觉得自己笨手笨脚的人，也能通过本书详细的步骤轻松DIY。

这是一本最完整的编发工具书，强调不用上发廊也能自己轻松做出百变的发型和造型，提供给美女们最省钱且最吸引人的发型造型，最详细的编发分解步骤，以及发型的流行趋势。时尚流行的脚步总是快速地向前进，发型已成为现代女性整体造型中重要的一门课题。本书将最流行、最引人注目的发型资讯一网打尽，并注入了中国台湾的流行元素，让读者阅读后能感受到加倍的丰富感。





目

录

Contents

第一篇 美女时尚发型造型术

7

- 一、婉约轻柔 8
- 二、甜美东洋风 8
- 三、率性干练气势 8
- 四、高雅又性感魅力 9
- 五、率性又可爱发束 9
- 六、专业度绝佳 9
- 七、清爽利落明快 10
- 八、清纯名媛型 10
- 九、出色时尚 11
- 十、复古浪漫风 11
- 十一、清纯迷人风采 12
- 十二、清新温柔内敛 12

- 九、产后秀发飘扬的秘诀 30
- 十、洗发夜的常用复方精油组合 32
- 十一、润发乳的常用复方精油组合 33
- 十二、烫发的学问 35
- 十三、染发的学问 38

第二篇 美女时尚秀发日常护理

13

- 一、头发的一般养护 14
- 二、梳出垂顺柔滑 15
- 三、洗出清爽洁净 17
- 四、吃出健康亮泽 20
- 五、按出乌黑秀发 22
- 六、因“质”施为 23
- 七、特别的季节，特别的秀发呵护 26
- 八、专业护发品解读 29



第三篇 美女时尚发型搭配术 41

- 一、发型和体型的完美搭配 42
- 二、发型和脖颈的完美搭配 44
- 三、发型和脸型完美搭配 45
- 四、发型和发质的完美搭配 49
- 五、发型和环境的完美搭配 50
- 六、发型和季节的完美搭配 52

第四篇 美女时尚百变造型DIY 53

- 一、认识头发造型产品 54
- 二、选择必备的美发工具 55
- 三、吹发造型小秘诀 55
- 四、成功造型彻底大揭秘 56
- 五、漂亮发型变变变 57
- 六、早晨乱发快速搞定 59
- 七、自己动手打造时尚发型 59
- 八、爱上发辫头 63
- 九、短发也OK的轻松造型 66
- 十、看似复杂的编发，其实不难 67
- 十一、利用翻转技巧，做出帅气造型 67
- 十二、马尾位置，决定外表年龄 68
- 十三、往侧边做捻转，柔媚感立现 69
- 十四、随性变化的鱼骨辫韩风款 69
- 十五、即使挽发，也不会显得老气 70
- 十六、充满魅力的大量垂放发丝 71
- 十七、谁说麻花辫只能向下发展 72
- 十八、自然流露出的飘逸气质 72
- 十九、轻松好整理的简单造型 73
- 二十、动静皆宜的浪漫风格 74

第五篇 美女绝妙可爱发饰 75

- 一、妙趣横生的小发夹 76
- 二、帽子让头发多姿多彩 76
- 三、假发秀出多变个性 78
- 四、头巾头巾我爱你 78
- 五、运用不同素材精心制作的绝妙
可爱发饰小物 80
- 六、轻松的经典图案发圈 80





靓丽美女发型

第一篇



美女时尚发型造型术

一、婉约轻柔

男性也喜爱的魅力长发，感觉稳重、好感度绝佳，重点在于细长的发尾看起来更有质感，飘逸柔软的波浪映照出自然大方的风情。

1. 不必利用梳子清楚分边，使用双手将头发扭卷夹在头顶上半部，使用小黑夹交错固定，不一致的发流感是这个发型表现的重点。

2. 轻软的波浪可以制造出充满魅力的侧脸，从头发中间到发尾利用大卷度的电卷将发尾简单做出流动的线条。



二、甜美东洋风

露出额头格外引人注目，强调脸颊两侧的发束重量感并增加额头露出的面积，给人健康有精神的感觉，在工作的场合一定也大大受欢迎。

1. 利用20厘米的发卷从发尾开始卷起，抓出像是外国人的大波浪，在手上抹上固定的造型品，使发梢的卷度能维持漂亮的弧度。

2. 使用吹风机将发梢的造型品吹干，注意不要用梳子吹卷头发，将发丝卷收于手掌上，才不会使卷度消失。



三、率性干练气势

像棉花糖一般的轻柔触感就是终极目标，坚持质感与滑顺，似有似无地露出耳朵使纯真度大增，当发丝的轻盈度与纤细感表现出来时，整体造型变得更有品味。

1. 用尖头扁梳将刘海儿向前梳直，发流向前从较深的位置上抓下来，自然地与两侧头发相连。

2. 用吹风机将发根吹整出直顺感后，适度抹上具有光泽感的造型品，整理好两侧发丝即可。



四、高雅又性感魅力

让人印象深刻的魅力马尾，展现明亮眼眸与细致肌肤的超可爱发型，自然舞动时的简练设计，就算有自然卷的人，也可以轻松尝试的一款造型。

1. 将刘海儿及前半部的头发分区向后夹拢，再以手梳理全部的头发，以橡皮筋扎上。
2. 在马尾抹上发蜡，分次抓取少量发丝，以尖头扁梳向内刮松，制造卷翘感与适度的分量感。



五、率性又可爱发束

说到最受欢迎的发型绝对是飘逸长发，由头顶开始调整发量，使头型看起来更浑圆，大方的造型相当具有人气，无论是上班或是约会都很适合。

1. 沿脸部线条抓出前额部分刘海儿向后扭转，以小黑夹固定于头顶，注意脸颊两侧头发要自然连接，不可出现断层。
2. 用手将全部的头发梳好绑成松松的马尾，接着抓起一小束头发缠绕住橡皮筋，并将刘海儿两侧稍稍拨乱，浑圆的发型马上让轮廓立体起来。

六、专业度绝佳

一向深受上司与女性好评的清爽短发，近来也受到男性青睐，发尾利用发蜡抓出线条感，使锁骨更加明显，展现出爽朗的气质让人深受吸引。

1. 从头顶下方的头发开始，以尖头扁梳在头发半干的状态下刮松。
2. 为了不让整体显得太僵硬，利用小黑夹将两侧头发向内卷夹，制造出帅气的感觉，抹上发蜡，轻抓发梢制造出发束感就成。





七、清爽利落明快

虽然长发也不错，但是短发也很帅气，在稍重的轮廓中弄出轻盈感，而侧面与后颈部制造的线条更强调出发梢的质感与曲线。

1. 从发旋处抓出较深的发束，分成三到四束，各自拉到正后方，捻卷至发梢处，注意夹子与头发捻卷的方向平行。

2. 想要呈现随性的可爱，抓起两侧的发丝自然捻卷，以小黑夹向后收，不必收得太紧，适度呈现出分量及厚度是关键。

八、清纯名媛型

以柔软的微卷引出女人味，露出双耳的清爽令人感觉亲切，不论走专业路线或是小女人路线都给人自在的印象，而且整理起来也十分快速。

1. 将头顶抓出头发表抹上柔性的发蜡，利用尖头梳沿头发线条斜斜地梳开发蜡，抓起部分发束逆向刮发，使头顶看起来较浑圆蓬松。

2. 从刘海儿开始以手梳出部分发束连接到两侧，将两边头发朝后紧实地分别以小黑夹固定住。



九、出色时尚

不需梳理工整就能简单完成的理想造型，即使是短发也得好好下工夫，侧边横夹更能突显五官的立体度，表现出俏丽的可爱风格。

1. 从发旋处抓起部分发束向外转一圈固定住，将后面其他部分的头发分成数份横向，依照同样方式夹住。

2. 发梢集中在靠近的位置，合在一起后，利用尖头扁梳抓起一点点发丝向内刮，稍微制造出狂野的感觉，会非常可爱喔！



十、复古浪漫风

低调浪漫的维多利亚风表现在发型上时，可以运用小发辫来增加女人味，或是以蓬松的发丝营造浪漫气息，享受自在的慵懒风格

1. 将侧边上半部2/3的头发用小黑夹夹成一束，注意不要将发束夹得太紧，轻轻地拉松，制造不经意的宽松感。

2. 将头发松松地分成两边，编出松散的三股辫，再用手指将其中一边的发辫卷曲起来用夹子固定，制造出动感与不规则感。





十一、清纯迷人风采

抓整时注意力道，在发尾必须涂上具有保湿功效的发蜡，但不能涂抹至头皮，使发丝保持蓬松，才不会使发型太过硬。

1. 在头发稍湿的状态下抹上造型品，将头顶的头发侧抓到旁边，利用小黑夹夹成一束。

2. 将其他的头发全部拨到同一侧，宽松地绑成三股辫，随性抓向前面以发饰固定，双手均匀轻抹发蜡，将卷度整理好就OK了。

十二、清新温柔内敛

剪发时不必裁剪出高层次，保持头发的厚度，利用塑性高的发蜡将前额及脸颊两侧头发向后抓梳，即能展现带点中性感的知性脸庞。

1. 头发半干时将刘海儿全部向后梳，将发际处的头发用小黑夹固定，在不同地方皆以相同的方式操作。

2. 头发发量较少的人，可以使用造型喷雾及手梳。在头顶制造出蓬松的感觉，具有修饰脸型的功能。



靓丽美女发型

第二篇



美女时尚秀发日常护理



一、头发的一般养护

秀发除了和日常的饮食、睡眠、劳累、疾病有关外，还和日常的一般养护有关，而且日常养护对于秀发更为重要。

头发的日常养护是一个完整的过程，洗发、护发、焗油，一个都不能少。洗发是为了彻底清洗头发的灰尘和污垢，保持头部皮肤的清洁和健康。护发素可以为秀发提供一定的水分和营养，增加头发的光泽和柔滑，减少头发表面的摩擦或打结。焗油产品可以让秀发得到深层的滋养和护理，彻底远离头发干枯和分叉的烦恼。让我们一起来了解一下一般养护的常识吧！



1. 护发用品的种类

护发品有三大类型，即亮发、定型、调理。

含有油料成分，增加头发的亮度。

发油：又称透明发油、亮发素。

发蜡：又称亮发蜡，半凝固的油脂蜡混合物，用于不顺、扭结的头发，使头发光亮服帖。

发乳：有很好的流动性，不黏腻，有适度整发效果，使头发光亮。

定型产品

包括摩丝、发雕、发雾、啫喱水等。

调理产品

针对受损发质，使发质恢复光泽，增加强度，滋润光滑，并易于梳理。

焗油膏：在发廊一般都使用热蒸焗油膏营养滋润头发，美发师将头发分区抹上焗油膏，再加上揉压按摩以及蒸汽加热，效果的确比较好；为了方便，我们也可以在家进行焗油护理，可以选择免蒸焗油产品。免蒸焗油膏可以弥补发囊输送给头发营养不足的问题，通过头发的鳞状表层吸收养分，给头发强力保湿和营养，使发丝充满活力、弹性。

调理喷雾：能保持水分，延长头发留住水分的时间，不会一下子又变干枯，还能防紫外线，使用最方便。

发露：亦名护发精华素。能够深入头发内部滋润干枯受损的发质，



并能在头发表面形成修护层,免受天气、染烫、日晒和电热风的继续侵害,补给头发所需的营养成分,同时在头发表面形成一层滋润保护膜。

发膜:是最新的调理护发产品。就像面膜为肌肤补充水分和营养一样,发膜是头发的“面膜”,能够滋润、加强及帮助重组头发的纤维组织,修护和改善发质,尤其是干枯的头发,电烫、漂染等受损发质和长直发,最好能定期使用发膜护理。使用时涂在头发上稍干后冲净即可。

2. 焗油的妙处

如今,人们对洗发、护发都有了一定的认识,但对于焗油,也就是定期给头发做深层营养和护理的方法,还有一些模糊认识。简单的洗发和润发是无法从深层修护改变发质的。定期使用焗油产品可以有力地补充头发的营养,使营养能深入头发内层,给秀发强力的营养,让头发更具有活性和弹性。所以,头发深层护理的关键是焗油。

如何使用焗油产品

定期的焗油是头发生长、保养和修护所必需的,最好能够每周做一次。使用家用焗油产品简单轻松,只要每次用完香波、润发精华素后,把焗油产品直接抹在头发上,保持3~5分钟,然后彻底冲洗干净,特别是发根部位。干性发和受损发每周焗油一次,以补充毛发的油分和水分,中性发10~15天焗油一次。

二、梳出垂顺柔滑

梳发,是保持美发不可缺少的日常方法之一。对秀发进行梳理可以去掉头皮及头发上的浮皮和脏物,并给头发以适度的刺激,促进血液循环,使头发柔软而有光泽。可是错误的梳发方法也会给头发带来伤害,你不可不知哦!

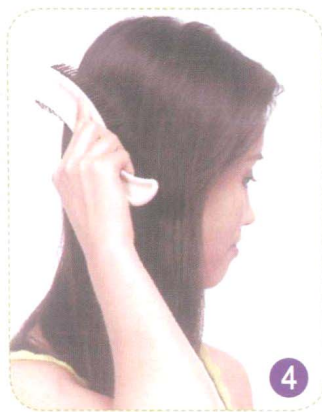
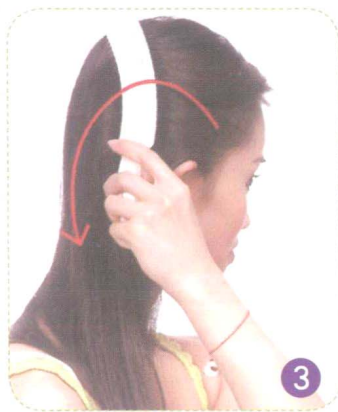
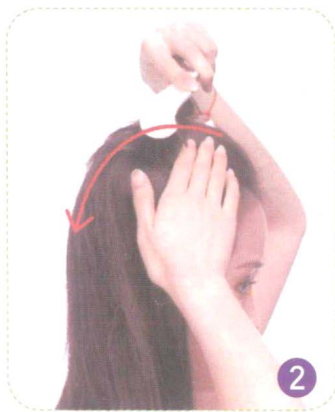
1. 刚洗边的湿发如何梳理

在湿润的状态,头发最容易受伤,因此梳理时要加倍小心,应先从发梢开始梳顺,然后逐渐向上,梳通所有结节,再从上向下梳。注意不要用力拉拽头发,以免弄断。

2. 头发在平时该怎么梳理才能越来越亮

正确的梳头方法是,首先梳开散乱的毛梢,然后再梳开





头发的中段，最后由发根轻轻刺激头皮，梳向发梢。在梳头时，头发被梳拉的方向应与头皮垂直，头顶和头后部的头发向上梳，左右两侧的头发分别向各自相反的方向进行梳理，最后让头发向头的四周披散开来梳理。在梳头时，同时将身体向前屈或向后仰，以促进血液循环，这样效果会更好。一处每次梳5~6下，整个头发平均一天梳100下左右最适宜。梳发时注意用力要轻柔，以能够定型并且梳掉表面的灰尘和脱落的头皮屑为宜，切忌拉扯，对于特别难梳理的头发，可以先喷一些梳发油或顺发精。

3. 不同的发质梳发的方法是否一样

不一样，干性发质梳发时可以多用些力，刺激头皮；而油性发质则用力越少越好，如果用力太多，会刺激皮脂腺增加分泌。

4. 梳头对健康有帮助

中医认为，人体中十二条经脉都交汇于头部，这些经脉有运行气血、滋养全身、抵御外邪、沟通表里上下的作用；而且很多人体的重要穴位，如百会、风池、哑门、翳风、太阳、印堂等也在头部，用梳子梳理头发，可以有效地刺激这些经脉和穴位，具有疏通经络、活血化瘀、醒脑、聪耳、明目的作用。在感觉疲倦时，梳几分钟头就会感到轻爽舒适。梳头对缓解偏头痛、神经性头痛、顽固性失眠症以及颈部酸痛等也有一定疗效，如能长期坚持，还可以延缓衰老。

5. 怎样梳头才能促进健康

中医有一种方法叫“一日三梳”，即每天分早、中、晚三次梳理头发。这种方法虽然不难，但贵