



进城务工我帮你丛书
JIN CHENG WU GONG WO BANG NI CONG SHU

美容美发从业人员

MEI RONG MEI FA CONG YE REN YUAN

必读 BI DU

海翎 编



中国出版

美容美发从业人员必读

海 翎 编

中国社会科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

美容美发从业人员必读/海翎编. —北京: 中国社会科学出版社, 2005. 10

(进城务工我帮你丛书)

ISBN 7-5087-0563-7

I. 美... II 海... III. ①美容—服务业—基本知识②理发—服务业—基本知识 IV. F719.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 067642 号

书 名: 美容美发从业人员必读

编 者: 海 翎

责任编辑: 方 未

出版发行: 中国社会科学出版社 邮政编码: 100032

通 联 方 法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电话: 66051698 电传: 66051713

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 北京通天印刷有限责任公司

开 本: 850 × 1168mm 1/32

印 张: 3

字 数: 80 千字

版 次: 2005 年 10 月第 1 版

印 次: 2005 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-5087-0563-7/F·113

定 价: 6.00 元

(凡中国社会科学版图书有缺漏页、残破等质量问题,本社负责调换)

目 录

美容篇

第一章	美容师的职业要求	(2)
第一节	美容师的职业道德	(2)
第二节	美容师的形象仪表	(2)
第二章	美容面部化妆工具的使用和保养	(4)
第一节	面部化妆工具的种类及其使用方法	(4)
第二节	面部化妆工具的保养	(6)
第三章	美容仪器的正确使用	(7)
第一节	皮肤测试仪的正确使用	(7)
第二节	紫外线臭氧离子喷雾机的正确使用	(8)
第三节	高周波电疗仪的正确使用	(10)
第四节	阴阳电离子仪的正确使用	(12)
第五节	多功能美容机的正确使用	(13)
第六节	超声波美容仪的正确使用	(16)
第四章	美容操作程序和要求	(19)
第一节	判断面容美的四大特点	(19)
第二节	标准的化妆程序	(20)
第五章	皮肤护理与修饰	(36)
第一节	皮肤护理的作用以及皮肤护理的前期准备工作	(36)
第二节	一般皮肤的护理过程	(38)



美发篇

第一章	美发师的职业要求	(49)
第一节	美发师的职业道德	(49)
第二节	美发师的形象仪表	(49)
第二章	了解头发	(52)
第一节	头发的构造和质地	(52)
第二节	头发的生长规律	(53)
第三节	头发的形状以及作用	(54)
第四节	头发的护理方法	(58)
第三章	美发工具的使用和保养	(60)
第一节	推剪工具的种类及用途	(60)
第二节	烫发工具的种类及用途	(62)
第三节	漂染工具的种类及用途	(63)
第四节	吹风工具的种类以及用途	(63)
第五节	其他工具	(64)
第六节	美发工具的保养	(65)
第四章	正确洗发操作程序	(66)
第一节	洗发的作用及方法	(66)
第二节	洗发前的准备工作	(66)
第三节	洗发的操作程序	(67)
第四节	洗发过程中的注意事项	(68)
第五章	造型设计与修剪	(69)
第一节	修剪基本方法	(69)
第二节	修剪的操作程序和方法	(72)
第六章	烫发	(74)
第一节	烫发的原理	(74)
第二节	烫发前的准备工作	(74)

第三节	烫发的操作程序	(75)
第四节	烫发的种类	(76)
第七章	漂染	(79)
第一节	漂发	(79)
第二节	染发	(82)
第八章	吹风与定型	(86)
第一节	吹风的作用及方法	(86)
第二节	吹风的手法	(87)
第三节	吹风的质量标准	(88)



第二节 面部化妆工具的保养

美容工具一定要注意保洁，其中最不容易维持清洁的就是海绵，应该在使用完毕后立即洗涤，不然过一段时间之后就会发霉变黑，甚至散发出一股酸味，再次使用时细菌可能会感染皮肤，使皮肤发炎。除了海绵之外，眼线笔和唇线笔也极易弄脏。眼线笔用过以后，应立即用水洗净。唇线笔使用完毕之后，需要用消毒棉球擦拭干净。粉扑是化妆用品中经常使用的。它的作用是蘸粉之后固定粉底。所以粉扑上面会沾到粉底的油腻，或者沾上脸上残留的未吸干的汗水。这样会导致粉扑变得潮湿，长而久之，粉扑也会发出异味。所以一两次化妆之后也要洗涤粉扑，但是粉扑往往只能够洗涤几次，多洗之后，粉扑会变硬导致不能使用，这个时候就需要更换新的粉扑。另外，还要注意保持诸如口红、眉笔、腮红、眼影等外壳的干净，以免沾染其他颜色。

第三章 美容仪器的正确使用

第一节 皮肤测试仪的正确使用

皮肤测试仪由紫外线光管和放大镜组成，用于测试皮肤的性质，根据皮肤检测结果，判断顾客及皮肤状态护理方法和推荐化妆品。

1. 皮肤测试仪的使用细则

(1) 首先清洁皮肤，用湿棉片遮住眼部。

(2) 美容师手持皮肤测试仪灯管朝向顾客，水平面置于被测者面孔，仪器与顾客面部距离约为 15 ~ 20 厘米。

(3) 通过皮肤测试仪中放大镜显示的颜色特征可以判断出顾客的皮肤性质：

青白色——健康的中性皮肤；

青黄色——油性皮肤；

青紫色——干性皮肤；

深紫色——超干性皮肤；

橙黄色——粉刺皮脂部位；

淡黄色——粉刺化脓部位；

褐色、暗褐色——色素沉淀部位；

紫色——敏感皮肤；

悬浮的白色——表面角质老化。

如果放大镜中间出现亮点，则一般是面部化妆品的痕迹或灰尘。

(4) 根据观察结果来判断顾客的皮肤性质，测试完毕后及时关闭仪器并放回原位。

2. 皮肤测试仪使用过程中的注意事项

(1) 测试前必须用湿棉片覆盖被测者眼部，被测者会因眼部没



有采取防护措施或测试时间过长等原因而感觉视觉疲劳；

(2) 测试的时间最长不能超过两分钟，掌握好测试仪与被测者间的面部距离，不能小于 15 厘米，否则可能会引起被测者光敏性皮炎；

(3) 有色斑的皮肤不适宜使用皮肤测试仪，否则经测试后色斑会加重。

3. 皮肤测试仪的日常保养

使用时注意轻拿轻放，每天使用软布擦拭，常温下置于通风处即可，防止受潮。

第二节 紫外线臭氧离子喷雾机的正确使用

紫外线臭氧离子喷雾机也称奥桑蒸汽仪，是皮肤美容护理中必用的仪器，适用于任何类型的皮肤。它可使毛孔开放，有利于彻底清除皮肤表面的污垢及毛孔内的异物，软化角质层死细胞，对皮肤表面杀菌消毒，升高皮肤温度，促进血液循环。它可以产生普通蒸汽喷雾和臭氧离子喷雾，由蒸汽发生器和臭氧灯组成。

1. 仪器的作用

蒸汽喷在面部，能够升高面部皮肤的温度，促进面部皮肤内的血液循环，同时游离态的氧因为具有较强的穿透能力，进入皮肤内可以增加血液中的含氧量，有利于营养皮肤及深层组织。在美容护理中该仪器有以下功能：

(1) 蒸汽可使皮肤表面角质层松软，死细胞容易挪动，为下一步脱屑操作创造了有利条件。

(2) 可以使皮肤滋润，因为蒸汽的直接辐射可以直接加强角质细胞含水量，改善皮肤的缺水状态。

(3) 蒸汽促使毛孔开放，有利于对毛孔内异物的清除。

(4) 促进局部血液循环，蒸汽可以使肤温升高，局部血液流速加快，从而使肤色得到改善。

(5) 臭氧离子对皮肤有杀菌消毒的作用，可以缩短对斑痕、暗

疮的治疗过程。

2. 喷雾机的使用

(1) 注入蒸馏水，以此延长喷雾机的使用时间。

(2) 水位标准。注水时参照玻璃烧杯上的红色标线，若没有红色标线的则自己估计加水到玻璃烧杯容积的 $\frac{4}{5}$ ，最低水位也应高于电热元件。

(3) 预热。按下红色的电源开关，然后等待约5~6分钟后会有蒸汽产生，当普通蒸汽喷雾产生后再按下绿色的离子开关，便可产生离子蒸汽。

(4) 应用的时间和距离选择。根据皮肤性质的不同，相应地应用时间、喷口与面部之间的距离也有所不同：

①中性皮肤。喷雾时间为3~5分钟，喷口与面部间距为25~30厘米；

②油性皮肤。喷雾时间为5~8分钟，喷口与面部间距为20~25厘米；

③暗疮皮肤。喷雾时间为8~10分钟，喷口与面部间距为20~25厘米；

④干性皮肤。喷雾时间为3分钟，喷口与面部间距为30~35厘米；

⑤敏感皮肤。喷雾时间为5~8分钟，喷口与面部间距为35厘米；

⑥色斑皮肤。喷雾时间为10分钟，喷口与面部间距为30~35厘米；

⑦微细血管爆裂皮肤。喷雾时间为5~8分钟，喷口与面部间距为35厘米。

3. 喷雾机使用时的注意事项

(1) 针对不同的人调整好喷口与顾客面部之间的距离，顾客会因蒸汽直射鼻孔而产生呼吸不畅的感觉。

(2) 根据皮肤性质掌握好喷雾时间，因为时间过长皮肤会出现



脱水现象，喷头与面部间距过小时皮肤会有蒸烫感。

(3) 色斑皮肤、敏感皮肤、微细血管爆裂皮肤不适合做臭氧离子喷雾，否则敏感皮肤可能会出现过敏现象，色斑皮肤的色斑会加重。

(4) 注水时应严格控制水的质量和水位的高低，水位过高或含有杂质，会产生喷水现象而导致烫伤事故，水位过低会产生干烧，对仪器有损害。

4. 喷雾机的日常保养

(1) 喷雾机必须使用蒸馏水，玻璃烧杯应每周清洗两次。

(2) 使用时最低水位要高于电热元件，使用过程中如果需要加水，必须先切断电源，然后进行加水。

(3) 机体需要每天擦拭，用完后立即关闭电源。

第三节 高周波电疗仪的正确使用

高周波电疗仪能产生断续的高频振荡电流，使它的电极出现放电现象，并放出紫外线。

1. 高周波电疗仪的主要功能

(1) 当电极靠近皮肤时会对皮肤的神经、血管产生刺激，使局部的末梢血管交替出现收缩和扩张，从而改善血液循环。

(2) 增强淋巴腺的活动，从而使皮肤新陈代谢加快，供给皮肤营养。

(3) 局部产生热效应，增强细胞通透性，帮助溶剂渗透皮肤。

(4) 使破损的伤口迅速愈合，它用来治疗痤疮，酒渣鼻，湿疹，皮肤瘙痒等。

2. 高周波电疗仪的几种治疗方法

间接治疗作用：

刺激皮肤纤维组织以保持和恢复皮肤弹性，适用于干性皮肤和衰老性皮肤。

(1) 对玻璃电极进行消毒，然后插入到塑胶电极棒内拧紧。

(2) 顾客手蘸滑石粉握住玻璃电极的一端，按下开关。

(3) 美容是对顾客由颈部至颌、面颊和额头以按抚式手法按摩。

(4) 将电流强度归零，关闭开关取下玻璃电极。

直接治疗作用：

是通过加强有效成分的充分渗透，溶解皮脂，适用于油性皮肤。

(1) 先往顾客皮肤上涂敷能够溶解皮脂的精华素和面霜，然后美容师手持电极棒，将玻璃电极置于顾客额头上，按下开关。

(2) 电极按额头——鼻梁——鼻翼——右面颊——下颚——左面颊——鼻翼——鼻梁——额头的顺序进行按摩。

(3) 将电流强度归零，关闭开关取下玻璃电极。

火花治疗作用：

是通过较强的杀菌效果达到使伤口愈合速度加快的目的，适用于暗疮发炎皮肤和创面皮肤。

(1) 将顾客眼部用湿润的消毒棉片遮住，美容师手持电极棒按下开关，调整电流强度，哪有炎症点哪里，一个部位一次性最长照射 10 秒。

(2) 治疗过程中顾客会略有针刺感，属于正常现象。

(3) 将电流强度归零，关闭开关取下玻璃电极。

3. 高周波电疗使用过程中的注意事项

(1) 对于细嫩的皮肤进行火花治疗时应用薄纱覆盖皮肤，因为当火花点射时细嫩的皮肤会觉得过于刺激。

(2) 体内有金属架者和孕妇禁止使用，因为过强的电流通过人体使体内有金属架的人和孕妇产生较强的刺激，对孕妇可能造成流产。

(3) 使用前必须先装好玻璃电极再按下开关，电流由弱调到强，治疗完毕立即将电流归零。

(4) 操作前注意用湿润的棉片盖住顾客眼部同时请顾客闭上眼睛，因为过强的紫外光对视力有较强的伤害，点射时一个部位一次性时间不得超出 10 秒钟，因为紫外光比较强，一个部位一次性照射时间过长会形成黑皮，雀斑和色斑皮肤不宜使用。



4. 高周波电疗仪的日常保养

仪器要摆放在平稳的地方，外表使用干布擦拭，电极导线要理顺，使用玻璃电极时轻拿轻放，保持干燥。

第四节 阴阳电离子仪的正确使用

阴阳电离子仪又称为电离疗肤机和营养导入机，通过正负电极在人体产生的不同反应，伴随着不同极性的精华素渗透，使有问题的皮肤得到相应的改善，是一种流动电治疗仪。

1. 阴阳电离子仪的功能

不同极性的电流流经皮肤表层时会产生不同的化学反应：

(1) 正电极：酸性反应，安抚神经以减低血液供应，强健纤维组织，收缩毛孔减少红痕，加强细胞的通透性，将酸性物质带入皮肤，从而溶解皮脂，把营养物质带入皮肤深层使其得到护理。

(2) 负电极：碱性反应，刺激神经以增强血液循环，软化纤维组织，增强皮肤弹性，清除沉积于皮肤中的重金属离子及有害物质。

2. 阴阳电离子仪的使用

导出：

(1) 让顾客握好衬有消毒棉片的电极棒。

(2) 将缠有蘸过生理盐水的棉片的导药钳置于顾客额头，将旋钮调至负电位，按下开关调整电流强度。

(3) 导药钳始终不离开皮肤，并以“之”字形或者称为“S”形移动，整个过程3~5分钟。

(4) 导出完毕调整电流归零并关闭开关，让导药钳离开皮肤并取下棉片。

导入：导出后用湿棉片擦拭皮肤后再进行导入程序。

(1) 将1/2的精华素涂于皮肤表层，尤其是重点护理部位，然后用棉片浸透剩余的精华素并缠绕在导药钳上。

(2) 将导药钳置于顾客额头上，电极旋钮调至正电位，按下开关调整电流强度。

(3) 导药钳始终不离开皮肤,并以“之”字形或者称为“S”形移动,整个过程3~5分钟。

(4) 导入完毕调整电流归零并关闭开关,让导药钳离开皮肤,收回顾客手中的电极。

3. 阴阳电离子仪使用时的注意事项

(1) 禁止对心脏病患者、体内有金属架者、孕妇使用阴阳电离子仪,因为电流通过时会对上述人有强烈的刺激,可造成孕妇流产,心脏病患者心脏病突发。

(2) 导药钳应用棉片缠紧,电流从弱调至强,让顾客有个适应的过程,因为电流过强会电击出水泡,导药钳直接接触皮肤会使皮肤有刺痛感。

(3) 操作时顾客应将金属饰物取下,导药钳不停地在皮肤上移动,速度要缓慢。

4. 阴阳电离子仪的日常保养

在通电状态下禁止电极棒和导药钳接触,电极与仪器的连接线要理顺,不要缠绕在一起,使用完毕请用干布擦拭,使用后应将棉片取下。

第五节 多功能美容机的正确使用

多功能美容机是指皮肤清洁、真空吸啜、阴阳电离子、冷喷等功能合为一体的美容器械,功能齐全,使用方便。

其中较常见的是八功能美容机,除了前面讲过的喷雾和阴阳电离子以外,还有真空吸啜、冷喷、皮肤清洁刷、按摩仪、冷电棒、热电棒。

1. 真空吸啜、冷喷

(1) 真空吸啜、冷喷的功能

①清除毛囊深处污垢及皮脂,使皮肤正常呼吸,增强皮肤弹性。

②促进局部血液循环,供给表皮营养,促进淋巴液循环,排除皮肤中的有害物质。



③冷喷可以刺激扩张的毛孔，使其收缩。

(2) 真空吸啜、冷喷的使用

真空吸啜器的使用：

①将经过消毒的玻璃吸管套入软管然后按下开关，在手背上试吸力量强弱，调整力度旋钮。油性皮肤、粗厚的皮肤吸力强些；干性皮肤、敏感皮肤、衰老性皮肤吸力弱些。

②吸啜有三种方法：间断吸啜、连续吸啜和强力吸啜。

间断吸啜：操作时拇指和食指捏住玻璃吸管，将管口对着皮肤，中 finger 在玻璃吸管的透气孔上频繁的有节奏的闭放，形成间断吸啜效果。持玻璃吸管的手移动要快，吸放频率快而有节奏。方向是下颏中部至右耳根分三层，嘴角至右耳门分三层，鼻翼到太阳穴分三层，左边与右边相同，额部纵向吸啜。这种方法用于较大面积的部位和松弛皮薄的皮肤。

连续吸啜：捏住玻璃吸管的方法都一样，终至闭住吸管透气孔吸啜管移动到边缘时再放松透气，如从下颏沟到唇角，从管口对着皮肤开始中指闭住透气孔，一般移到嘴角时再放松，这样吸啜力较弱。这种方法是用于油脂较多，皮肤较厚的部位。

强力吸啜：闭住透气孔的中指始终不放松，管口对着多脂部位一吸一拔，吸啜力度较强，效果较好。这种方法用于油脂特多部位，例如鼻尖、鼻翼、黑头粉刺部位。

冷喷的使用：

①将喷管套进软管，中指和拇指捏住瓶身，食指按住喷瓶透气孔，使喷瓶内产生压力收缩从而使水呈雾状喷出。

②美容师持喷瓶从顾客额头向面部喷洒，以防鼻孔进水。

真空吸啜过程中的注意事项：

①吸管移动要快，不可停留在一个部位过久，否则易产生局部淤血。

②美容师要根据顾客的皮肤性质来调整吸力的强弱，先在手背上试吸力后再用于面部皮肤。

③配合蒸汽局部吸啜，双手要密切配合。

④眼周皮肤薄不可做真空吸啜。

2. 皮肤清洁刷、按摩仪

皮肤清洁刷、按摩仪的功能：

(1) 对皮肤表面及毛囊深层污垢进行清除。

(2) 对皮肤由外向内进行有节奏、有韵律的按摩，可以缓解皮肤疲劳，促进血液循环，安抚衰老皮肤。

皮肤清洁刷、按摩仪的使用：

(1) 将皮肤清洁刷和塑胶按摩头进行消毒。

(2) 清洁皮肤时在操作柄上安装清洁刷，按下开关调整转速旋钮。

(3) 将毛刷呈水平面置于皮肤上，大刷头用于额、面颊、下颚，小刷头用于鼻、鼻梁、嘴角、下颚沟等部位。

(4) 刷头转动时手只需掌握好操作柄的方向和力度，不用使力过度。

(5) 清洁刷清洁 2 ~ 3 分钟后关闭开关并取下毛刷，将皮肤用清水清洗干净。

(6) 如果有必要进行按摩，先将顾客的皮肤上涂上按摩膏，然后在操作柄上安装塑胶按摩头，按下开关调整转速。

(7) 按摩头的移动方向大致和清洁刷相同，区别在于要因人而异地将重点放在不同部位。

(8) 按摩头转动时手持操作柄稍微使力向下按，让肌肉层得到按摩。

(9) 按摩的过程需要 5 分钟，按摩完毕时关闭开关，取下塑胶按摩头，将皮肤用清水清洗干净。

皮肤清洁刷、按摩仪在使用中的注意事项：

(1) 手持操作柄的力度要稳定均匀，否则在使用过程中会感觉到起伏不平的现象。

(2) 禁止对暗疮发炎皮肤、破损皮肤以及细嫩敏感皮肤使用，否则暗疮皮肤、破损皮肤会有感染的危险，细嫩的皮肤会发红伴随着强烈的灼痛感。



(3) 清洁刷、按摩头每次使用都要消毒。

3. 冷、热电棒

冷、热电棒的功能：

(1) 冷电棒给皮肤以冷刺激，可以使扩张的毛孔收敛。

(2) 热电棒给皮肤以温热感，促进局部血液流速加快，帮助营养渗透入皮肤。

(3) 安抚神经，减少红痕。

冷、热电棒的使用：

(1) 在经过面膜护理后的皮肤上涂上营养面霜，上扳冷、热调节钮，电流产生热效应。

(2) 美容师手持热电棒在皮肤上缓缓移动，给顾客以温暖的安抚感同时使营养充分渗透。

(3) 使用3~5分钟热电棒后关闭开关，等待约半分钟后，再下扳冷热调节钮，电棒会有冰凉的感觉。

(4) 美容师手持冷电棒在皮肤上缓缓移动，使皮肤由表及里产生冰凉感，扩张的毛孔会收缩。

(5) 运用2~3分钟冷电棒后关闭开关。

冷、热电棒在使用过程中的注意事项：冷、热电棒在使用过程中不可直接从冷调到热或者从热调到冷，应该先关闭开关约半分钟后再调向另一项，另外冷电棒在皮肤上的时间不可过久，否则易冻伤皮肤。

4. 多功能美容仪的日常保养

(1) 各种配件要轻拿轻放，使用完毕应把仪器放回原位，各种软线要理顺。

(2) 保持手柄的清洁干燥，避免仪器与酸、碱性物质接触。

(3) 注意保持仪器干燥，使用完后用软布擦拭。

第六节 超声波美容仪的正确使用

超声波美容仪是利用超声波的几种作用对皮肤进行美容的仪器。