



海螺·绿叶文库

Conch Green Leaf

小康之门

实用美容美发入门

上海科学技术出版社

海螺·绿叶文库

小康之门

实用美容美发入门

上海市美发美容协会

上海科学技术出版社

责任编辑 周星娣
美术编辑 陶雪华

实用美容美发入门

上海市美发美容协会 编

上海科学技术出版社出版

上海瑞金二路450号

上海市新华书店发行所经销

南京理工大学激光照排中心排版

上海长阳印刷厂印刷

上海新华造纸厂供纸

开本 787×1092 1/32 印张 6.375 字数 173,000

1998年4月第1版 2004年2月第2次印刷

印数:00,001—10,000册

ISBN 7-5323-4699-4/TS·401

定价:15.30元

海螺·绿叶文库

主编的话

有乡镇(乃至农村)生活经验的人,或者较多游历过中国广阔腹地的人,不会不感受到那儿对现代科学文化知识的渴望。物质生活在变化中,有的地方或快或慢地富起来,但精神生活的贫乏仍然是普遍的。广播电视业的拓展,使大众文化的普及获得了强大的工具,然而,经常能阅读新鲜、有益的书刊,对于基层知识分子和青少年学生,似乎还是奢侈的事情。

上海出版界一直想在这方面有所作为。成功的代表,当为《故事会》。长期以来,这本薄薄的刊物在乡镇、农村拥有数以百万计的订户(阅读者则无法统计)。不过,从上海是中国重要出版基地这个角度看,我们为乡镇、农村读者做的事情实在是太少,太少。

于是,便有了这套百本文库的策划。它的阅读对象主要是乡镇、农村青少年。它的目标,是

为上述对象打开现代科学文化知识之窗，引导他们从二十世纪走向新的世纪。因此，它的内容便是由上海出版资源中能为这一目标服务的精华凝缩、提炼而成。我们着力于智慧启迪、思维开发、人生修养和潜力发掘等方面，其他众多内容则难免割爱了。

考虑到基层的消费能力，我们希望尽力压低书价，把书编得精一些、薄一些。同时，我们与热心这项事业的企业界合作，并通过国家教委向部分乡镇中学赠书，扩大文库的作用与影响。

愿这一百本书成为一百块厚实的铺路石，铺在亿万青少年走向未来的艰难而光明的道路上。海螺吹响了，年轻的公民们，赶海去呵。春天走来了，枝头片片绿叶，沐浴在温煦的阳光下。中华民族的明天在青少年的肩上。向他们致敬，为他们祝福。

一九九八年元月

SAN04 / 10



海螺·绿叶文库

常人修养

伟人邓小平

院士述情怀

自古英雄出少年

二千年前的哲言

名人名言录

影响我一生的一句话

——40位名人谈人生

开卷有益

——给我影响最大的一本书

优化你的性格

情绪的控制和调节

100个当代中国青年的恋爱经历

文学精选

唐诗一百首

唐宋词一百首

唐宋文荟萃

中国新诗经典

外国诗歌经典

中国现代散文经典

外国散文经典

中国现代短篇小说经典

外国短篇小说经典

世界随笔小品精编

外国童话寓言经典

世界经典名著品味

老人与海

少年维特的烦恼

中国当代优秀少儿文学作品品鉴

童年时代的朋友

男生贾里

文学小百科

长河浪涛

群雄争霸

——先秦两汉魏晋南北朝史话

逐鹿中原

——隋唐五代宋元明清史话

前仆后继

——近代中国史话

开天辟地

——现代中国史话

世界风云三百年

——世界近现代历史浅说

旋律中的天堂

——中外音乐精品长库

色彩的盛宴

——中外绘画精品长库

“上帝”的手艺

——中外雕塑精品长库

银海风流

——中外电影精品长库

戏苑奇葩

——中外戏曲精品长库

故事集锦

中华爱国者的故事

中华传统美德故事

中华名胜故事精选

中华博物故事精选

中外智慧故事集锦

中外科幻名著故事荟萃

中外经典侦探故事精选

世界文学名著故事精编

社会大学

少男少女赠言录

走向成功人生

——现代涉世必读

怎样打赢官司
外出打工百问
现代推销技法
新股民入市百问
金融知识 ABC
实用交际小百科
实用文体手册
百年早知道

拥抱科学

科学发现纵横谈
新电脑世界漫游 信息高速公路
兵器新星 航天飞机
最强的光 核电探秘
金属新秀 奇妙的液晶
绿色革命 绿色技术
潜入深海 海洋工程
现代建筑 现代交通
动物新观察
多利,你好!

——“克隆”技术的背景、现状与未来

欢乐消闲

小魔术
猜谜技巧
象棋精妙杀局
围棋速通
扑克牌游戏
幽默集锦
演讲要诀
方寸之间

——怎样集邮

实用对联
中外流行歌词精选

艺苑自修

二胡、竹笛自修
楷书行书自修
篆刻自修
书画问答百题
读古诗文常识
文学写作 ABC
业余摄影 200 题
黑板报墙报版式资料
常用字钢笔五体字帖
盆景制作法

健康顾问

问候心灵: 青少年心理自我咨询
保健常识
药膳例话
常见病简易针灸疗法
保健推拿技法
实用护肤妙法
现代生活禁忌
家庭医疗指南

小康之门

服装裁剪与缝纫入门
现代家庭装潢入门
实用家具制作入门
实用美容美发入门
电工入门
汽车维修入门
摩托车维修入门
厨师入门
食用菌制种与栽培入门
名贵水产品养殖入门



海螺·绿叶文库

编委会

主编

孙 颢

编委 (按姓氏笔划排序)

王有布 包南麟 任善根 杨心慈 陈纪宁 陈保平
陈春福 李维琨 林国华 周舜培 赵昌平 郝铭鉴
郭志坤 翁经义 虞仰超 雷群明 戴自毅

编辑组组长

陈纪宁

编辑组成员 (按姓氏笔划排序)

冯海荣 许乃青 邵 敏 邵 琦 张建平 张怡琮
顾林凡 陶雪华 徐欢欢 谢志鸿 彭卫国 戴 俊

出版策划

王有布 许乃青 张怡琮 史文军

美术编辑

陶雪华

技术编辑

孙东平 王大方 刘效红

前 言

爱美是人们的正常愿望,通过理发、烫发、美容,可以使人容光焕发,更显精神。同时,也能培养人们崇高的审美情操和促进社会新风,是建设社会主义精神文明建设的重要内容。

为了适应理发美容事业发展的需要,广大理发业职工正在积极钻研业务,掌握新技术,增加新项目,努力提高业务技术水平,更好地为美化人民生活服务。为此,我们编写了《实用美容美发入门》一书。本书包括理发美容基础知识、男式理发、女式理发、儿童理发、美容化妆等五个部分,采用问答的形式,详细地阐述了理发、美容技术中常用的业务知识和操作技巧,既总结我国传统的技术经验,又吸取国外现代先进技术,并力求使之系统化、正规化、科学化。本书内容全面丰富,文字简洁易懂,可作为理发业学习业务技术的参考书,也可供理发美容爱好者参考。本书由上海市美发美容协会男式、女式、美容技术教研组讨论撰稿,由王永年、曹岚峰、万世令、徐国富、万广喜、钱敏敏等修改整理定稿。

目前我国理发美容事业正处于一个新的发展时期,很多业务技术问题需要进一步研究、充实、提高,使之逐步向科学化、规范化方向发展。由于我们对传统技术总结不够和掌握新技术、新知识还不充分,加以经验不足,本书可能还有不够完善和错误的方面,请广大理发业职工和读者给以批评指正。

编 者

1998年2月

目 录

一、理发美容基础知识

1. 理发美容的作用 1
2. 理发美容工作者应具备的基本条件 1
3. 理发美容应熟悉的人体结构知识 3
4. 理发美容应懂得的皮肤生理卫生知识 8
5. 理发美容应懂得的皮肤保健护理知识 11
6. 理发工作应懂得的毛发生理卫生知识 13
7. 理发工作应了解的头发护理保养知识 18
8. 理发工具用品的种类 19
9. 美容工具和用品的种类 25
10. 理发工作基本姿势训练 27
11. 剃刀操作训练方法 28
12. 手轧刀操作训练方法 32
13. 电轧刀操作训练方法 33
14. 剪刀操作训练方法 34
15. 洗头、盘卷和梳理训练方法 37
16. 理发工具用品的消毒 38
17. 理发工具的保养 40
18. 磨剃刀的方法 42
19. 磨剪刀和磨轧刀技术 44

二、男式理发

20. 男式理发的项目 46
21. 男式理发的操作程序 46
22. 男式发型的基本发式 49
23. 男式理头发式轮廓线和留发长短的标准 51
24. 轧剪操作的标准 55

25. 轧发操作的程序和方法	56
26. 长发类发型轧发操作顺序	57
27. 中长式发型轧发操作方法	58
28. 短发类发型轧发操作方法	58
29. 电轧刀轧发操作技巧	59
30. 手轧刀轧发操作技巧	59
31. 剪发操作的程序和方法	60
32. 男发修剪步骤和方法	61
33. 修剪的操作技巧	63
34. 对凹凸形头型和特殊毛流头发的处理	64
35. 洗头的顺序和方法	65
36. 男式理发剃刀的使用范围	69
37. 剃须修面的操作程序	70
38. 剃刀操作的基本刀法	71
39. “绷紧”和剃刀的配合技术	72
40. 剃胡须的操作步骤	74
41. 剃特殊胡须的方法	75
42. 修面的操作程序和方法	76
43. 剃刀的操作技巧	77
44. 修面后应进行的工作	78
45. 头部和面部按摩技术	79
46. 吹风的作用	82
47. 吹风的基本方法	82
48. 吹风的标准	84
49. 吹风梳理的程序和方法	85
50. 吹风应掌握的操作技巧	87
51. 各种发式的吹风方法	88
52. 男子发式的造型	90
53. 男子烫发技术	93
三、女式理发	
54. 女式理发的服务项目	95
55. 女式理发、烫发、做发的操作程序	96

56. 女式发型留发长短的标准	96
57. 女式发型的基本发式	97
58. 女发洗头技术	114
59. 女式修剪的基本剪法	116
60. 女式修剪的操作程序和方法	123
61. 女式修剪操作的质量标准	124
62. 掌握现代修剪技术的技巧	124
63. 烫发的几种方法	126
64. 电烫操作技术	127
65. 化烫操作技术	132
66. 盘卷操作的作用和特点	137
67. 盘卷发圈的操作特点	138
68. 盘卷的发圈和发式间的关系	141
69. 发圈排列的基本方法	143
70. 不同发式的盘卷技术	145
71. 盘卷操作的质量标准	145
72. 大吹风应掌握的时间和温度	147
73. 梳理操作的作用	147
74. 梳理操作的基本方法和技巧	148
75. 各种纹样的梳理技术	151
76. 梳理操作的程序和质量标准	153
77. 发辫梳理技术	154
78. 扎结梳理技术	154
79. 发髻梳理技术	155
80. 女子发式造型技术	156
81. 女式发型的变化和发展	160
四、儿童理发	
82. 儿童理发的特点和要求	164
83. 儿童理发的操作程序和方法	165
五、美容化妆	
84. 美容的项目	168
85. 化妆美容的特点和种类	169

86. 化妆美容的内容	169
87. 面部皮肤清洁技术	171
88. 基面化妆	171
89. 眉的化妆	173
90. 眼的化妆	174
91. 睫毛的化妆	175
92. 鼻的化妆	176
93. 唇的化妆	177
94. 颊的化妆	178
95. 各种脸型的化妆	179
96. 护肤(保健)美容技术	181
97. 治理美容技术	183
98. 指甲修理技术	184
99. 染发剂的作用和种类	186
100. 染发技术	186

一、理发美容基础知识

1. 理发美容的作用

(1) 保持头部、面部清洁,有利身体健康:理发美容通过对头发的整理、清洗、梳理,可以清除粘附在头发、头皮上的皮脂腺、汗腺的分泌物、尘土、污垢,使头发、头皮保持清洁。同时,理发美容通过对头部的按摩刺激,可以促使头皮的新陈代谢作用的发挥,有利头发健康生长。通过理发、美容技术,保持头发、头皮、面部皮肤健美,有利人们身心健康。经常理发美容,保持仪容整洁,也能养成人们讲卫生的良好习惯。

(2) 发式整洁、肤色健美,有利生产生活:头发是不断生长的,需要经常整理修饰,头发零乱披散,会影响生产生活。经过理发、烫发,使头发整齐成型,不易披散,而且发式持久,梳洗方便,有利生产,方便生活。仪容整洁,也是商业服务人员文明服务内容的组成部分,某些行业的服务人员,还将化妆作为一种规定执行。

(3) 增添仪容美观,美化人民生活:爱美是人们的正常愿望,通过理发、烫发、美容,可以丰富和美化人民的生活。优美相称的发型、浓淡适宜的化妆,反映了我国人民健美、朝气、焕发的精神面貌和幸福生活。同时具有我国民族特点和时代气息的发型、化妆,也能培养人们崇高的审美情操和促进社会新风,是建设社会主义精神文明建设的重要内容。

2. 理发美容工作者应具备的基本条件

理发美容工作是一种技术性较强的服务性工作,它是使用理发工具、用品在人们头面部进行操作的,不仅有较强的技术性,而且要有一定的业务和美学知识,是一项理发技术和造型艺术相结合的技术。

艺,又是现代电学、化学、美学相结合的综合性的技艺,具有相当深的学问。要胜任现代理发服务工作,必需具有一定的基本条件。在日本,凡要担任理发工作,在中学毕业(或高二肄业)后应进入国家指定的理发专门学校学习一年,学习有关业务知识(生理解剖学、皮肤学、公众卫生学、传染病学、消毒法、物理及化学、卫生法规、社会学、美学等)和技术理论、操作技术,毕业后到理发店实习一年,再参加国家考试(理论及操作),合格者,才能从事理发工作。在我国,有的城市也设有理发技校,但目前各地大都是从社会招收有中学文化的青年进店培训,有一定的基础后,再进专门的理发技术培训室或进修室学习进修,经一定时期实习后方能胜任工作。要做好理发服务工作,一般应具备以下几个基本条件。

(1) 具有全心全意为人民服务的观点:理发服务工作是为人民生活服务的工作,因此,首先要热爱本职工作,树立起全心全意为人民服务的观点,才能将人们打扮得美丽、健康。

(2) 具备一定的业务知识:不论是理发、烫发,还是做发、染发、美容,都需要使用工具及用品,要正确掌握和使用这些工具及用品,必须懂得并掌握一定电学、物理、化学及头发、皮肤的生理卫生知识等。随着科学技术的发展,理发、烫发、美容的工具用品也有较大更新,更趋现代化、科学化。因此,理发美容工作者必须及时掌握现代工具、用品知识,并能正确熟练地进行操作,才能保证较好的质量。

(3) 具备一定的技术水平:理发技术是决定理发质量的关键,要做好理发服务工作,首先要锻炼基本功,熟练地掌握各项理发技术,保证服务质量。随着理发、烫发、美容技术的发展,新技术、新工艺不断涌现,要不断钻研,方能提高技术水平。

(4) 具备一定的艺术修养:理发、烫发、美容工作,不仅是一门操作技术,也是一项塑造头发形象美和面容美的造型艺术。理发美容工作者要做好服务工作,除钻研技术外,还必须学习美学和造型艺术知识,提高艺术修养,才能塑造出优美大方,配合脸型,适应年龄、职业、季节、个性,既有民族特点,又有时代精神的发型。

(5) 具备良好的服务态度:理发服务工作既是技术性工作,也

是服务性工作。因为顾客进店,首先接触的是服务人员。因此,理发美容工作者要保持良好的服务态度,除注意个人仪表服装的整洁外,还应重视服务礼节,提高职业道德,使每个顾客都能高兴而来,满意而归。

3. 理发美容应熟悉的人体结构知识

理发、烫发、美容工作是在人们的头部进行的,因此,熟悉头部和面部的骨骼结构和外形的名称,对正确地进行操作是很有帮助的。

(1) 颅骨的构造:人体的骨骼分为颅骨、躯干骨、四肢骨三个部分。颅骨位于脊柱上方,由20多块大小形状不同的骨块组成。颅骨分为脑颅和面颅两部分,脑颅位于颅顶的后上部,又称颅盖部;面颅是颅的前下部,形成面部轮廓,是眼眶、鼻腔、口腔的骨性支架(见图1)。

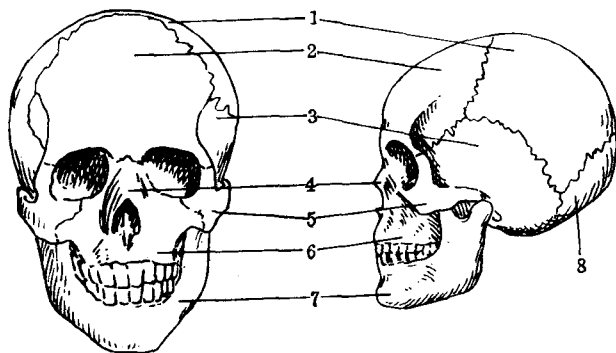


图1 人体颅骨的构造

1. 顶骨 2. 额骨 3. 颞骨 4. 鼻骨 5. 颧骨 6. 上颌骨
7. 下颌骨 8. 枕骨

1) 脑颅:由前方的额骨、两侧的顶骨和颞骨、后方的枕骨、底部的筛骨等组成,这些骨块牢固连结在一起围成颅腔,是容纳和保护中枢神经大脑的机构。

① 额骨。又称“前头骨”，是前凸后凹的瓢形扁骨，位于头顶前部。此骨在婴儿时，中分为两块，后逐渐连结为一块。

② 顶骨。又称“颅顶骨”，是上凸下凹的瓢形扁骨，位于头顶最高部。左右一对，在中间线相接。

③ 颞骨。又称“颞颥骨”，成对，位于脑颅部两侧面。

④ 枕骨。又称“后头骨”，位于顶骨的后下方。

⑤ 筛骨。为形状复杂的薄片所组成，隐嵌在鼻腔里面，构成眼眶的内壁及鼻腔的外壁。

⑥ 蝶骨。大部横装在颅底里面，为诸骨结构的总准，也称“楔状骨”。

2) 面颅：由鼻甲(骨)、泪骨、鼻骨、颧骨、上颌骨、腭骨、下颌骨等组成，构成眼眶、鼻腔、口腔的支架。

① 鼻甲。位于鼻腔内。

② 泪骨。是生在眼眶内的成对的小骨，是眼泪从眼眶流入鼻腔的通道。

③ 鼻骨与鼻软骨。左右成对的小骨，位于眉间以下，构成鼻梁，与其下鼻软骨构成整个鼻部。

④ 犁骨。又称“锄骨”，为薄片小骨，位于鼻腔中间的下部。

⑤ 颧骨。成对位于面颊部，颧骨的高低、阔狭，对人的面容起影响。

⑥ 上颌骨。又称“上顎骨”，成对，位于面部的中间。

⑦ 腭骨。又称“口盖骨”，成对，横嵌在上颌骨的后面，构成口腔内壁。

⑧ 下颌骨。又称“下顎骨”，左右对称，略呈马蹄铁状，位于面部的最下部位。下颌关节能作开口、闭口和前后进退、左右移动等动作。

以上是人的头部、面部骨骼的结构情况。但是男女老幼的头颅各有其不同的特点：男子头颅顶部比较正方，额部略向后倾斜；女子头颅顶部比较圆润，下颌稍尖，额面较为平直；老年人头颅由于牙齿脱落，牙床凹陷，唇收缩，颌部突出；幼儿头颅由于下颌尚未发育完