

新娘美容

世界

化妆·护肤·纤体

(香港)于望晴 编著



中华工商联合出版社

中国历来有“女为悦己者容”之说。而身披圣洁高雅的婚纱，手捧清新欲滴的花球，依偎在新郎怀中的新娘，她那令人迷醉，浓淡相宜的美容化妆究竟是为了谁？当然是不言自明的。

可是，尽管时下有关美容、化妆、护肤的书籍报刊五花八门，却居然没有一本是为即将走进婚姻殿堂的新娘设计的。而这些正在筹备婚礼的新娘子若试图在令人眼花缭乱的零散书刊中，找到一款适合自己气质与脸型的参考资料，简直如同大海捞针。

而这本《新娘美容》填补了新娘美容人遗憾的空白。这是从新娘的角度出发设计的美容技巧的神秘面纱，由步骤，图文并茂逐一为面的新娘化妆、护肤、瘦身，每一位新娘都可以在婚礼前保养容颜，以至达到摄



世界》应该说填补了这个一本真正的、地道的从新娘参考书。它揭开了新娘化妆专业化师亲手示范每个您披露；并且同时提供全身常识及护理秘诀，让每之前，恰到好处的呵护和人心魄的最佳状态。

此外，书中同时加插了“完美新娘自我评估报告”和“完美新娘护肤时间表”。让您可以更科学，更系统地安排一切事情。

《新娘美容世界》一书中能得以隆重面世，重在有赖各方人士的协助与支持，尤其有明星彭子晴小姐亲身示范了新一代完美新娘的动人形象，在此均一一致以衷心的感谢！

目 录



唇部护理：唇部结构、呵护红唇
 鼻子护理：清洁须知
 眉部护理：修眉技巧
 眼部护理：预防黑眼圈、眼袋、油脂粒、红筋
 护理肌肤的三部曲：洁肤、爽肤、润肤
 肌肤的类别

完美新娘护肤秘诀

完美新娘自我评估报告

化妆前后
 涂唇膏
 涂胭脂
 涂睫毛液
 钳眼睫毛
 画眼线
 画眼影
 画眉
 扑碎粉
 遮瑕
 上湿粉
 上妆前准备
 完美新娘化妆示范
 新娘化妆新趋势
 完美新娘

8 10 11 12 13 14 15 16 18 20 22 23 24 25 26 30 41 42 44 48 49 50



新娘健美专题

健美运动推介：踏单车、游泳、缓步跑、器械操
有助肌肤健美的营养要素
现代妇女缺乏的数种矿物质
各类食物热量对照表
卡路里与体重的关系
体重检查表
标准体重重量度法
节食减肥
为健康拣饮择食
美容保健常识

天然美容护肤品大检阅
全身护理：预防体臭、脱毛方法比较
手部护理：特别护理程序、涂指甲的技巧
肌肤防晒：紫外线的侵害、防晒指数、产品须知
面部皮肤护理：预防暗疮、雀斑
口腔护理：洗牙、补牙、口气

扮靓学英文
新娘化妆收费一览
新娘化妆消费情报：醒目消费贴士
新娘全年护理时间安排
束长发、穿耳、配戴隐形眼镜、脱除痣须知

52 55 58 59 62 64

66 67 68 69 70 71 72 76 77 79

84 87 89 91 92









完美新娘

二十一世纪的中国人，在结婚的问题上，已经不再像昔日传统社会中那般被动，一切任由双方家长去代为安排；事实上新一代的年青人，愈来愈意识到，结婚是自己一生中非常重要的大事，因此，在整个筹备婚礼的过程中，他们都会表现得相当主动和投入，无论大小事情，都会积极参与有关的筹划。

在如今随着中西文化的相互交融，如何建立完美的新娘形象，已经成为了每一位新娘的首要课题。事实上，在婚礼当日，无可避免地您会成为大众的焦点，亲友们对您即使不致评头品足，大发议论，也必定会在内心有所评论；因此，要在这一刻为自己争取最高的分数，让自己、丈夫以至整个家庭成员蒙受光荣，事前悉心的安排，实在是不容忽略的。

在婚礼上，亲友们的评价，大多数由下列两方面出发，仪容与谈吐；由于在婚礼当日，您不可能与亲友们有太长的时间交谈，故此，只要念熟几句大方得体的客套话，这个回合便能轻易闯关。然而，正因为这个缘故，仪容的表现便成为您整个新娘形象的关键，成败荣辱往往就取决于您外表给人的印象。

要在这方面赢得肯定与称赞，事前您必须有详尽周密的安排，我们会在下文的部分，逐一为您详细剖析，务求令您成为一个真真正正的「完美新娘」。



新娘化妆新趋势

在整个新娘形象之中，新娘化妆无疑是相当重要的一环，诚然，对于新娘化妆而言，潮流的更迭并没有象其他流行化妆的步伐一样快捷，但是，在追求自然和谐的大气候底下，新娘化妆也一直紧贴着这个原则。

时下流行的新娘化妆，主张追求自然的美，在化妆师精湛的技术底下，您的俏脸虽然涂上了各式各样的化妆用品，但看起来却浑然不觉，充满自然的美态。昔日那些浓妆艳抹，妖艳夸张的化妆技巧，已经被柔和自然所取代，因为，对于新娘子而言，您需要突显的，是高贵、大方、纯洁和友善。



完美新娘 化妆示范



STEP 1 上妆前准备

- ◆ 在上妆前，必须首先彻底清洁面部，将油脂污垢清洗干净，同时令面部肌肤补充足够的水份，有助化妆品更贴面，而且维持的时间更长久。
- ◆ 洁面后用紧肤水轻轻拍在脸上，有助平衡皮肤酸碱度，同时有效控制油脂分泌。
- ◆ 再涂上润肤乳，令皮肤得到适当的滋润。



STEP 2 上湿粉

- ◆ 这一步骤主要让您的皮肤看起来更平滑幼嫩，而且可以将一些面上的缺点藏起来，例如面色不均匀。
- ◆ 基本上，可以用海绵沾上湿粉，然后均匀地涂于面上；不过，部分专业的化妆师亦可以徒手替您抹出厚薄均匀的粉底。



步骤

1. 顺着毛孔的生长方向，由上而下轻抹，使毛孔更加贴服。
2. 最后在眼、鼻等较幼嫩的位置轻抹。



新娘小贴士

◆ 什么时候应该选用湿粉

当您发现天气变得干燥，又或是身体上的皮肤有脱皮的现象出现时，您应该改用湿粉代替干粉或两用粉；因为湿粉包含高水份，而且不少产品更列明有滋润成份。选购湿粉时，应选择比皮肤颜色浅一点的。

STEP 3 遮瑕

- ◆ 此步骤之作用在于修饰脸上的微细瑕疵，只需用适量的遮瑕膏涂在黑斑、疤痕或暗疮印上，便能将缺点掩藏。
- ◆ 遮瑕膏的颜色最好选用较粉底颜色浅一度的，由于先前已涂上湿粉，所以毋须涂得太厚，至于眼袋或黑眼圈的地方，可用扫子扫匀有关部位。
- ◆ 如果眼袋或黑眼圈实在太深，不要以为涂上厚厚的遮瑕膏就可以完全遮掩，太厚的遮瑕膏会令粉底也不能修饰得平滑，而且更会让人容易留意到您的缺点。
- ◆ 此外，若想修改唇型，亦可在唇线上涂上遮瑕膏，遮掩原来的唇型。



步骤

轻力地在有瑕疵的地方点上一层薄薄的遮瑕膏，再用扫子将遮瑕膏扫至色泽均匀。





STEP 4 扑碎粉

- ◆ 想面部看起来比较平滑，可扑上碎粉。
- ◆ 碎粉有控制油脂分泌的功能，因此油性或混合性皮肤的女孩子，应在T字位多扑一点碎粉。对于新娘子而言，婚礼当日程序紧密，容易产生面油，故此更应特别注意。

步骤

1. 顺着毛孔的生长方向，用粉扑轻力由上而下扑上碎粉。
2. 紧记在鼻梁、嘴角等幼细部分扑上碎粉。



新娘小贴士

◆ 干旱皮肤的补品

维他命A，可以降低皮肤干旱粗糙的程度。

(例如：鱼类、牛油)

维他命B，可以保持皮肤娇嫩，增加皮肤的弹性。(例如豆类)

STEP 5 画眉

- ◆ 眉毛的修饰有带动整个新娘妆的作用。
- ◆ 画眉前应先将眉毛修茸整齐，为了避免在化妆时因拔眉而引致红肿的情况出现，新娘子应事先到美容院修眉。
- ◆ 切忌用剪刀修剪眉毛。
- ◆ 不宜选择深黑色的眉笔，因为深黑色带给人一种不易相处、恶形恶相的感觉，应选用咖啡色或灰色色调。
- ◆ 使用眉笔的效果一般比眉粉较佳，因为眉粉容易融化。
- ◆ 两条眉毛之间应保持适量的空间，约一只眼睛的距离，眼睛过窄可以把眉头画开一点，反之则应将之画近一点。
- ◆ 面部比较阔的人，应该将眉毛画粗一点，因为幼眉只会令人更加觉得你的面部过阔。

步骤

1. 下笔应该由眉中开始，切忌在眉头下笔，以防落笔时手太重，令眉型变得生硬，欠自然。
2. 由眉中向眉尾画去再用眉擦在画好的眼眉轻刷几下，使眉毛更自然。
3. 最后用透明睫毛液再轻扫一下，使眉毛看来更整齐。

