



秀发梳理

Xiufa shuli



秀发梳理

尹伊雯 编著

辽宁人民出版社

1982·沈阳

本书原由香港得利书局1980年8月出版，
为适应国内读者阅读，翻印时个别地方作了删
改。

秀 发 梳 理

尹伊雯 编著

*

辽宁人民出版社出版
(沈阳市南京街6段1里2号)

辽宁省新华书店发行
大连印刷工业总厂印刷

*

开本: 787×1092 $\frac{1}{32}$ 印张: 4
字数: 45,000 印数: 1—63,000
1982年10月第1版 1982年10月第1次印刷
统一书号: 17090·32 定价: 0.90元

前 言

有人说：“女性容貌给人的第一个印象是头发。”这话是否确当，且不管它。不过，头发生长在人体最触目的部分，对仪态、容貌确有重要影响。

有些人埋怨自己天生一把坏头发，认为无可救药；有人年纪轻轻就已两鬓花白，但只归咎于先天性的遗传。其实，如果知道一些有关头发的生理知识，细加护理，每人都会有一头秀丽的柔发。本书的编写目的，就是希望读者们注意护理头发，进而美化头发，使大家精神饱满，容光焕发。

对于发型，人们会很感兴趣。不错，一个得体的发型会令你仪态万千。发型重要的是配合脸型，脸型不同，发式也应各异。否则，一个粗眉阔脸的人，梳个蓬松的发式，确实难看。因此，聪明的姐妹们都不会盲目地追求时尚的发式。本书的“发型与脸型的配合”一章，对各种脸型应选取什么类型的发式，有详细的图文介绍；“发型技术示范”一章，则介绍了多种典型的发式特点，部分并附详细梳法特写图。

这本书的特点是图范多，文字扼要。因为头发的梳洗、发型的修饰，以及发型的梳理技术，都有着颇为繁杂的操作过程，靠一枝秃笔，难以写得传神。因此，用图片表现较为理想，使读者易懂、易学，易于实际应用。当然，本书可能有未尽完善之处，希望读者不吝赐教。

发型专家张彼得先生对本书的出版给予不少助力，本书在编写过程中亦参考了他的新书《发型设计200》，谨此致谢。

尹伊雯识

1980年

目 次

前 言

一、美发知识	1
二、头发的病态处理	7
三、日常的护理	11
四、美发器具	24
五、发型与脸型的配合	29
六、美发基本技术	37
七、发型设计技巧	52
八、发型技术示范	62
九、美发及护发问答	85

一、美发知识

美发的基本条件

柔发三千，是女性在美容上值得自傲的东西之一。谁都希望自己的头发秀丽动人，所以很多人都乐意把工夫花在发式的研究上。无疑，一个合适的发型会增加不少风采。然而，美化头发，首先就要重视日常的护理工作。如果忽视头发的清洁卫生，损害了头发的生长机能，不仅难以获得动人的秀发，且会对身体有所损害。过去就曾发生过一宗因为不注意头发卫生而引致的悲剧。当时有个女子因为梳了个时髦发式，长久没有梳洗头发，长满积垢，且成了虱子巢穴。最后，因为头皮破损，感染了细菌而告不治。所以，注意头发的日常护理，是美发的重要基础。这样，就算不求最时尚的发式，也同样能光彩照人。怎样才算是美丽的头发呢？这里有几个起码条件：

- ① 清洁、整齐，没有头垢、头屑，是美发的首要条件。
- ② 发干光润，丝丝可见光泽，具有弹性（见图1）。
- ③ 不粗不硬，不分岔，不打结有柔软的感觉（见图2）。
- ④ 疏密适中，尤其是发根要疏密匀称。
- ⑤ 色泽统一，发干和发尾没有出现两截颜色。
- ⑥ 不因外物影响而变化。如部分受过分阳光灼晒、电发、染发等影响也不生变化。
- ⑦ 没有斑白、黄、棕等颜色混杂。

熟悉自己的发质



图1 丝丝可见光泽的秀发



图2 软硬适度的头发

要获得美发的条件不难，只要熟悉自己头发的性质，细加爱护和保养就行。现在先谈谈有关头发的常识。

头发是人体生理上的一种现象，是生长在表皮上毛干最长的一部分毛质，生长机能很强，具有保护脑部和装饰的作用。

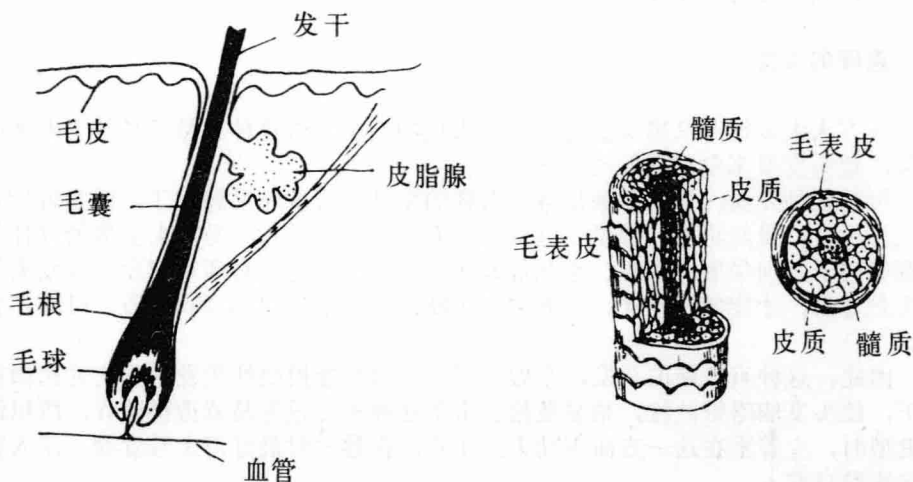


图3 头发的生长和组成

发干，是指露出皮肤的那一段毛发。毛发中间一层含有各种不同的色素，这种色素一旦缺乏，毛发就会变成白色。埋在皮肤内的一段称为发根，在发根下膨大的部分叫做毛球。毛发实际上是从毛球生长出来的，它的营养是依靠突入毛球的血管输送。

一个成功的美发师能够轻易地辨识顾客的发质，并梳理出适合该种发质的发型而使之持久不变。如果硬要将发流（头发生长的方向）向右的头发梳向左边的话，梳得再好看的发型，也是不能持久的；又如果头发是属于较厚的话，最好还是让它象垂挂缎子般自然地披在肩上好了。否则，若勉强梳高，做成贵妇型的话，不但容易伤害头发，同时做好的发式也会很快就散落下来。因此，当你在决定要梳哪种发型之前，一定要先了解自己究竟属于哪一种发质，以及发流的方向，这样，才不致徒劳无功。

头发的性质可从发质（是硬或软）、发量（是多或少）、发流等三方面来决定，现在就一般人所称的硬性发质、软性发质，向读者作一介绍，并谈谈适合该种发质梳理的发型。

当你知道了适合自己发质的发型之后，你不但能轻易地达到使自己更加美丽的目的，同时这也是使发型持久的秘诀。

直硬的头发

东方人大多拥有又黑又直的头发。古代的妇女，将这种又黑又亮的头发梳成大髻，使头发看来象黑缎般美丽迷人。

可是这种发质，如果想做出各式各样的发型，可就非常棘手了，因为近年来的发型设计，虽然也有些偏重于强调直头发，但到底仅占少数。大多数的设计重点都趋向于表现华丽、幽雅、柔和等髻曲线的美。这些必须利用发卷或发夹等使头发髻曲，才能做出花样。而要在直而硬的头发上运用这些技巧，可并不容易。

因此，这种直而硬的头发，在做发型前，最好能用油性烫发剂将头发稍微烫一下，使头发能略带波纹，稍显蓬松。由于这种头发很容易修剪得整齐，所以设计发型时，应着重在这一方面下功夫。此外，在卷发时最好用大号发卷，使人看起来比较自然。

最重要的一点，还在于设计时应尽量避免复杂的花样，而以强调修剪技巧为主，做出较简单而又能表现出高雅华丽的发型来。

柔软的头发的

这种发质比较容易整理，所以无论梳哪一种发型，都极为方便。由于柔软的头发的比较服贴，因此梳俏丽的短发极为适合。

西方人轮廓分明，只要顺着发流梳成服贴的发型，就能将脸部的优点衬托出来。而东方人，最理想的短发式样则是将刘海儿斜披在前额上，横发向后梳，将耳朵尽露在外面。如果这样梳的时候并不顺发流，而容易使头发散乱的话，可以将该处的头发刮掉一些，这样还能收到头发蓬松，活泼可爱的效果呢！如果在烫发的时候，加用油质烫发剂，则更为理想。

这种俏丽的短发是爱美女性向往的发型，但除了发质柔软的人之外，其他的

人并不适合。因此，如果你有幸拥有一头柔软的秀发，不妨一试，定能充分表现出你的个性美。

服贴的头发

这种发质的特点是头发不多不少、相当服贴，只要能巧妙修饰，就能使头发的线条以极美的形态表现出来。

拥有这种发质的人，最好将头发剪短，前面和旁边的头发，可以视自己的喜好梳理，不过后发却一定要以能显示出线条美的设计，才是理想的发型。

修剪整理的时候，除了发根之外，其余的部分可以用油质烫发剂稍微烫一下，发根则令其保持自然，如能将发根稍微打薄一点，使颈部若隐若现，将更能予人清新明媚的感觉。

自然的鬈发

发型的设计，可以分为直发、卷发与波浪式发型三种，而所有的发型设计师，也都以其个人的研究方向为设计重点和努力的目标。但是有一种头发，却似乎以嘲笑者的姿态，来面对这些发型设计师，那就是自然鬈曲的头发。

通常处理直发的方式，是使用油质烫发剂将之烫卷，以便梳理和造发型，但是自然鬈曲的头发毋需如此，只要利用此一自然的鬈发，就能梳出各种漂亮的发型。

这种发质如果将头发剪短，则鬈曲度就不会太明显，而留长发时才能显现出其自然的鬈曲美来，因此如果拥有这种发质的人，想要一尝直头发的滋味时，不妨将头发剪短。要是以自然的鬈曲美夸示于友朋之间的话，留长发是最适合不过的了。

要是在修剪过头发之后，某些地方的头发有点翘翘，不太服贴的话，可以在洗过头之后用毛巾将头发擦干，然后用吹风筒和梳子、发刷等整理，并用手指轻轻压一下，使之定型。

粗硬的头发

这种发质通常是指“硬如钢丝”的头发而言。又硬又粗的头发，当然是非常难卷、难做各式发型，故可以说是最令美发师感到为难的一种发质。这种头发要是剪成短发型的话，就会象刺猬一般，全部竖立起来，非常难看。

所以在整发之前，最好能先用油质烫发剂烫一下，使头发看起来不再那么坚硬如刺；其次是染发，会令人有柔和之感。如果脸型呈逆三角型，而又特别小的人有这种头发的话，正好可以利用这种发质的特点，将头发全部往后梳，并稍微刮一下，使头发集中在头的上半部，脸看起来就不会那么小，而且也将逆三角形的脸型平衡过来了。

一般脸型的人有这种发质，做头发的时候则不必刮，只可顺着发流的方向，选择较简单的发型。因为虽然经油质烫发剂烫过，又经染发剂染过，乍看之下，似乎显得蛮柔软的，但是头发的本质，却并没有想象中的那么柔软。因此一定要避免复杂的设计，而以仅用梳子和吹风机就能梳好的发型最理想，这种发质比较适合半长短向内或向外卷的发型。如果你嫌头发太厚太多的话，可以从发长三分之二的地方开始打薄，看起来就轻巧漂亮多了。

细少的头发

这是一种细少又缺乏弹性和韧性的头发，这种头发如果梳成蓬松的发式，很容易恢复原状，即使尝试过各式各样的发型，总是徒劳无功。因此有这种发质的人，最好对于华丽的贵妇发型及早舍弃，而应以小号的发卷来卷头发，做出较娇媚的发型。

不过这种发质有一个优点，就是不用发油也能很服贴。所以设计发型的时候，应该利用这个特点留长发，将之梳成发髻才是最理想的，因为这样不但梳起来容易，同时也较能持久。由于这种发质缺乏丰盈感，故可以辅之以假发。

二、头发的病态处理

头发如果有散发、枯黯、发红、岔发、脱发等现象，当然会令人很不愉快。即使没有上述的毛病出现，过了三十岁的人，头发的健康也必然有下坡的趋势，所以应该及早重视头发的保养，要是头发出现了病态的话，更要彻底找出原因和治理。

脱发和头屑

人类头发的寿命，一般说来，女性约五、六十年。每天梳头时虽然许多头发会掉落，但新的头发也会长出来，这是自然的新陈代谢现象。

平均每天掉五十根头发，实在是不足为虑的，而早春或秋末的季节里，女性由于荷尔蒙的分泌，生理状况不易保持平衡，故频频掉发，有时候甚至一天多达一百根。不过这不是病态，不必担心。但是如果由于疏于保养而引起严重脱发，或头皮大量增加时，就必须多加注意了。

遇到这种情形，应该仔细检查掉下来的头发，如果发梢十厘米左右的地方，有一半分岔时，就必须及早请教皮肤科医生，找出原因，及早治疗，否则变成秃头，再想办法就来不及了。再者，如果发根是粘粘糊糊的，可能是头肌的新陈代谢不佳，这样便需要进行按摩头皮的工作。

如果掉头发的现象并不严重，而且十五厘米以内的头发占三分之一的話，就可能是发根部分有了异常变化，这多半由荷尔蒙分泌异常，以及毛囊机能障碍所引起的，因此也必须及早对症下药。

脱发的原因除由于疾病或先天性秃发所致外，最常见的是脂溢性脱发。

脂溢性脱发是由于皮脂腺分泌过多或皮脂腺分泌的性质改变所致。精神极度痛苦或过分多吃脂肪食物都会促使皮脂溢出。因此，要保持冷静，少吃含脂肪过

多的油腻食物，多吃蔬菜、水果，多喝开水和有益饮品，可防止脂溢性脱发。

头屑也是女性美容的致命伤，在医学上称之为“头部脂漏症”。自古以来，没有人能够完全摆脱头屑带来的困扰，但头皮屑太多的话，可就是严重的问题了。一般说来，引起头屑过多的原因大体上有两种：一种是皮脂太多，皮脂干了就成为形状细碎的头皮，叫做干性脂漏。另一种是皮脂太少，细胞角质脱出，粘在头皮上，叫做头部秕糠疹。我们并不需要用眼睛去搜索，只要从头部发痒的程度，就能知道头屑的多寡了。

形成头屑的三个代表性原因：

- ① 性荷尔蒙分泌异常。
- ② 精神过度紧张或疲劳。
- ③ 饮食不当。

男性较女性有头屑，因为他们生活的压力较重，精神常处于紧张状态，加上男性嗜食动物性脂肪，故极易产生头屑。当头屑脱落情形严重时，整个头部的皮肤就会如同得了湿疹一般，严重的还会引起脱发的现象，而变成难看的秃头。因此对于头屑这个“小问题”，我们可千万不能忽视，一定要及早治疗或予以防范才是上策。

轻微的头屑，可以用适当而正确的洗头法，达到预防效果，干性发质者每周洗一次头，油性发质者则以每周两次为宜。目前市面上有很多预防和治疗用的药性洗发剂，可以依自己发质选择适当的使用。

洗头时，要先用手指轻轻按摩头部，使洗发剂充分发挥清洁作用，再用温水仔细地将头发洗净，用毛巾将头发擦干。干性发质者，为了滋润头发保护头皮，可以直接涂些甘油或发乳，使头发产生自然的光泽。油性发质者，除用酸性润发剂外，并在头皮上轻轻涂上一些水杨酸软膏，对于减少头屑将更具效果。

饮食也是预防头屑的重要关键，平时多摄食碱性食物，尽量避免过多的酸性食物。所谓碱性食品即牛奶、蔬菜、水果、海藻类等等。

岔 发

头发之所以看来光泽美丽，是因为发根会分泌油脂润泽发干，可是当头发长了，或健康情况不佳时，油脂分泌失调或不能送达发干末端，日子一久，就会出

现岔发。岔发的特点是发尾散乱而予人轻浮之感。

处理岔发的方法是，立即将分岔部分剪掉，即在距离分岔处二厘米的地方修剪。最重要的一点是，剪刀一定要平行剪，要是斜着剪的话，还是会继续分岔的。当这一部分的头发修剪完毕后，就用橡皮筋扎起来，将其余部分的头发打湿，照着修剪好的那束头发的长度修齐（见图4），再用发乳按摩头皮。如前所述，头发分岔原因就是油脂不够，太干燥之故，因此擦发乳或润发剂，可以达到



图4 将岔发剪掉

滋润头发的目的，不过这也必须持之以恒才能收效。

此外，如果是短发或半长发有岔发现象，很可能是因为削或剪的时候，刀剪不利所致，所以剪头发时，若觉得头发被拉得很痛，就表示刀刃不够锋利，一定要另外换一把，以免发质受伤害。

为预防岔发出现起见，不妨每月修剪一次头发，和在每次洗头后，用发乳润泽干燥的头发。

洗发后有异味

洗发后而不把头发彻底弄干，是使头发产生异味的一个原因。所以在每次洗发后，要用风筒吹干头发，再用刷子充分梳擦，使空气贯通内部。如果这样还有异味，可用含有酒精的养发剂 (Hair Tonic) 渗入纱布中，小心地拭抹头皮。如果因出汗而产生异味，应用梳子梳起头发使空气进入。

头发早白

头发早白多见于遗传性。注意摄生和按摩，对预防头发早白多少有益处。当然并不是完全有效的。头发日益变白，防不胜防的话，可用染发来处理。

断发

断发有两种形式，其一是发尾折断，这往往由于岔发出现，使发尾受损，而在擦发时把头发擦断。擦发时便应注意，特别是对于短发的随适剪法尤要小心。

其二是头发自中段断落，这往往是由于擦法不正确引起，故胡乱轻率的动作应该尽量避免，由发根擦向发尾时，要轻柔，遇到障碍，小心把它解开。尼龙刷会引起静电，容易产生断发现象，用时最好选择经过防电处理的梳刷。

三、日常的护理

要有秀丽的头发，首要的条件是身体健康，精神愉快。一个精神焕发的人，头发一定光润生辉。此外，几件日常的护理工作也必须做好。

擦 发

很多人以为清洁头发就只意味着洗头，其实不然。每天早晚用梳刷擦头发几次，也是一种清洁方式，早上梳理头发是不消说的，容易疏忽的是临睡前的梳理工作，而这工作是必不可少的。因为空气中存在着很多尘埃和细菌，附在头发上与皮脂腺分泌液混在一起，干燥后就会成为头屑和污垢，不但有碍美观，而且影响头发的健康。

每天早晚，用刷子缓和地擦头发三分钟，约一百次左右，是保持秀发柔美元泽的好方法。不过不能忽冷忽热，要持之以恒才好。

由于擦发时刷毛对头皮造成刺激，使血行畅通，从而促进新陈代谢。头肌新陈代谢迅速，就能保持活泼的生机，皮脂就能充分分泌，使得头发鲜泽柔润。

头发本身也由于新陈代谢迅速，便能不断脱弃已失去生机的东西，长出新的头发来。

正确的擦发方法如图 5 所示：首先握住刷柄，手腕回转，沿着头形移动。使刷子的毛端碰着头皮，斜向而擦；其次是执着发束，梳擦内方；最后是逆向梳擦，把头垂下，从颈背发际反过来向上向前擦。



图5 擦发

