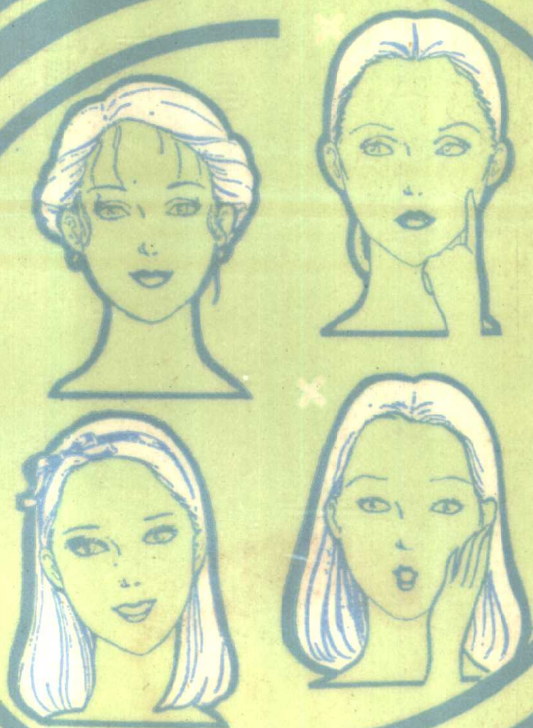


生活顾问丛书之五

化
妆
禁
忌



化妆禁忌

户田 净 著
如 胡甦慧 译



国际文化出版公司

国际文化出版

8974

27

1

化 妆 禁 忌

〔日〕 户田 净 著

赵敏如 胡甦慧 译

国际文化出版公司

1988年·北京

“化粧法”常識のウソ

根据日本株式会社青春出版社1986年第74版译

化 妆 禁 忌

〔日〕 户田 净 著

赵敏如 胡楚慧 译

*

国际文化出版公司 出版

新华书店北京发行所 发行

北京新华印刷厂 印刷

787×1092毫米 32开本 5.75印张 113千字

1988年11月第一版 1988年11月北京第一次印刷

ISBN 7-80049-152-8/G·53

定价：1.70元

前 言

危险的化妆法，3年就会使您的
皮肤出现褐斑或皱纹

——化妆品生产厂家和药店都不可能告诉您这个秘密

去年年底，患了“面部黑皮症”的主妇们和化妆品生产厂家经过长期的争辩，最后终于得到了和解。这一事件，成了周刊杂志等刊物竞相报道的话题。

那些主妇们，由于一直听凭售货员的推荐使用化妆品，因而在身心两方面都饱尝了身为女性难以忍受的痛苦；但此事绝非与您毫不相干。

进行化妆，首先要正确地判断自己皮肤的类型，然后选购适于自己皮肤的化妆品，才可以开始使用。另外还有一条原则：当皮肤出现某种症状时，应立即停止使用一切化妆品。

似乎有很多女性，尽管她们都说“我的皮肤很敏感”，但还是将她们本应完全懂得的化妆原则，出人意外地置诸脑后。在这种情况下，即使某人在某一时期满脸都出现了褐斑，也不能不说，这是必然的后果。

然而，只要是女性就不能不化妆。为了测验一下您对化妆方法的认识，请您对照检查下列各项所述内容。其中肯定会有几项让您觉得是很有道理的。

△在化妆品出售店，美容部售货员向您这样劝说：“按您的皮肤来看，如果不使用这种化妆品，就不可能……”终于，您听凭这一劝说，买下了那种化妆品。

△每当听到美容部售货员或送货上门的推销员的劝说时，就感到盛情难却非买不可，所以便设法躲避他们。

按理说，美容部售货员是关于化妆品信息的提供者。为了获得必要的信息，应该积极听取他们的介绍。因为只要您能够正确把握自己皮肤的性质并具有选择化妆品的常识，那么就能不为鼓动性的推销语言所迷惑，看透化妆品的优劣。

△这种化妆品，我的朋友试用过，她说效果不错，所以我就买来了。

△在旅行途中或在熟人家里，我借用过别人的化妆品。

您的皮肤，会由于季节、年龄以及健康状况等各种因素而发生变化。

某种化妆品，即使适用于您朋友的皮肤，也未必就适用于您的皮肤。

只要是化妆品，就必须做到时时使用适合于自己皮肤的那一种。

而且，这些终究只能限于皮肤健康的情况下才可以使用，这跟闹了肚子就要不吃东西或吃稀粥，治愈之后再用日常的膳食一样，皮肤处于发病状态时，就必须立即停止使用化妆品。

以上是关于化妆品使用方面的基本知识，您是在根据这些知识进行化妆吗？

直到现在，人们还是反复再三地说，化妆品是危险的。

可是，目前人们即使懂得了化妆品存在着危险性，然而

却由于不知道使用何种化妆品为好而难以作出判断，于是便偏重于使用自然化妆品了，而对化妆品却不屑一顾。因而这反倒使皮肤出现了炎症，为此来医院就诊的人也决非少数。

我身为一名皮肤科医生，难以坐视化妆品遭到这样的恶运，便下决心写了这本书。

而今，对化妆品的效用，是绝对不可轻视的。例如，它可以：

- 免受冷、暖气设备造成的室内外温度不平衡的影响，从而保护皮肤；
- 不让皮肤直接接触污染了的空气；
- 避免紫外线的直射，从而保护皮肤；
- 保护皮肤不受干燥空气的侵袭；
- 为了变得漂亮而进行化妆，这种精神上的效果可以给皮肤增添活力。

从上述种种作用来看，在化妆品使用方法正确的前提下，可以说化妆远比不化妆好。

为使化妆能够收到上述效果，通过这本书，很快就能让您了解到：您现在手头的化妆品究竟是否适合于您的皮肤？您皮肤的准确类型是什么？如果您是属于某一种类型的皮肤，那么究竟选择什么样的化妆品才能对皮肤无害并使您变得更漂亮？

您是否具有正确的认识，将决定您皮肤的好坏。现将这本小书奉献给：

从今春开始将加入社会成员行列中的您；

开始担心皮肤趋于衰老的您；

对自己的化妆方法抱有疑虑的您。

如果您希望永远保持比任何人都漂亮的容貌，那么就希望您尽早掌握本书介绍的化妆方法，正确地和化妆品打交道吧。

户田 净

目 录

第 一 章 检查错误百出的化妆方法

——最新医学向您提出了严重警告·····	1
错误百出的化妆方法(例 1—6)·····	2
危险的化妆方法(例 1—7)·····	13
1 如不首先了解自己皮肤的特点, 化妆后果严重·····	34
2 容易生褐斑的人, 要注意这些共同 特征·····	35
3 贴有“非医药用品”标签的背后隐藏着 相当可怕的危险性·····	36
4 越是貌似安全的化妆品, 就越要警惕·····	38
5 要使用价廉的香皂, 只有傻瓜才不采用 这种经济实惠的做法·····	39
6 浴用和化妆用香皂, 您把它们分开使用 是很错误的·····	41
7 净面刷使用方法不当, 会造成难看的 褐斑·····	42
8 您的洗脸方法, 只能使粉刺增多·····	44
9 用温开水洗脸的害处·····	45

10	如果上不好妆，应怀疑是否洗发 方法不当	46
11	这样的洗发方法，谁也不可能 教给您	47
12	要防止皮肤干燥，洗浴顺序不同， 效果也大不一样	48
13	热门的自然化妆品中，有很多严重 的问题	49
14	原以为有益无害的小球藻，也出现了 危害皮肤的新情况	50
15	使用鸭儿芹、荷兰芹、无花果和柠檬， 都是造成褐斑的原因	51
16	饮茶美容常识中的弥天大错	53
17	西洋樱草确实含有剧毒	54
18	对外国化妆品必须进行检测，否则 很危险	55
19	男性化妆品和女性化妆品，万万不可 混用	56
20	高档和低档化妆品，哪种更安全？ 安全到何种程度？	57
21	每天习惯使用的口红，竟有这么 多的问题	59
22	应该了解嘴唇干裂的原因	60
23	同样是润肤霜，只因成分不同，使用 目的也不一样	61
24	净面霜的使用方法至关重要	62

25 这种按摩方法，会不断增加脸上的 皱纹	63
26 营养霜用法不当，效果适得其反	64
27 “在夏季最好用夏季专用化妆品”的 这种化妆常识，存有谬误之处	65
28 有很多人不懂得选择化妆品的 窍门	66
29 香水总是伴有这样的危险性	67
30 防晒特效方法的发现	70
31 防晒霜反而会使皮肤变黑	71
32 充分利用“太阳防护系数”的 秘诀	74
33 如不懂得雪晒的独特护肤方法，皮肤 就会出大毛病	75
34 如认为墨镜能保护眼睛，那就大错 特错了	76
35 处理体毛，有人采取了令人吃惊的 错误方法	77
36 采用此法，可奇迹般地治愈斑秃 症	79
37 这样处理白头发是危险的	80
38 头发脱落的原因及其不易被注意到 的特性	82
39 防止双手粗糙的橡皮手套却造成 如此可怕的后果	83
40 眼药应控制使用为宜	85

41 出现皱纹的皮肤都有共同点	85
42 保持指甲漂亮的两条原则	87

第二章 不了解化妆常识中的谬误之处 后果不堪设想

——您的化妆法，如不加注意将严重危害 皮肤	89
1 查明皮肤类型是化妆的第一个 步骤	90
2 测试皮肤类型之后，即可决定取舍何种 化妆品	90
3 在您的周围引起皮肤过敏的因素 比比皆是	97
4 对付斑疹有两大注意原则	99
5 防止化妆品伤害皮肤的“皮肤接触性 试验”	100
6 电烫发和使用染发液，如不事先检验 就会危害皮肤	103
7 是否懂得遵循此法，将决定您25岁 以后皮肤的年龄	103
8 是否会出现褐斑，检测一下“皮肤的 安全度”即可明了	105
9 冬季涂化妆水皮肤干裂的防止法	109
10 不化妆时，采用这三种办法效果 良好	109

046063

第三章 化妆爱好者高超的化妆技巧

- 这些方法可获得意想不到的化妆效果111
- 1 至少应懂得这种基础化妆法112
 - 2 应懂得适量使用化妆品112
 - 3 用这种方法卸妆效果最好114
 - 4 皮肤科学创造了效果极佳的新型美容霜115
 - 5 如不了解涂面膜的不同用法, 就会伤害面部皮肤115
 - 6 应该懂得保存化妆品的一大原则117
 - 7 只因使用方法不当也会使化妆品变质118
 - 8 价廉化妆品反而不经济119
 - 9 小化妆盒里的玻璃纸也是必不可缺的119
 - 10 洗发香波和洗发剂应配用适当120
 - 11 要想控制住头皮屑这个办法最有效122
 - 12 只要具备三种梳子和刷子就够用了124
 - 13 以为头发梳了之后就会美观, 这是极大的误解124
 - 14 头发有硬有软, 稍加处理即可变不利为有利125
 - 15 不化妆不利, 化妆的另一个作用126

16 用化妆掩盖面部的缺点，是危险的 化妆法·····	127
17 成功地选择粉底霜的颜色·····	127
18 为使皮肤光润，应针对肤质区别使 用三种类型的粉底霜·····	128
19 香粉也是引起皮肤粗糙的原因·····	129
20 可使夜晚化妆爱好者感到快乐的 不同化妆法·····	130
21 用这一化妆法，眼窝即使充血也 无关紧要·····	133
22 人人都违反了使用颊红颜色的 禁忌·····	135
23 可消除褐斑和雀斑的自然化妆法·····	135
24 一种可以轻易地掩盖起小皱纹的 出乎意外的化妆法·····	137
25 描眉的重要性：您的容颜会因而 更加妩媚动人·····	138
26 成功的眉毛剪修法的秘诀·····	140
27 使眼睫毛长而富有魅力的化妆法·····	140
28 描眼线的小窍门：可使双眸变得 更加美丽动人·····	142
29 不会让人感到是“装贴上”的假 睫毛·····	145
30 使假睫毛显得很自然的修剪方法·····	145
31 向眼间幅较宽者进一言 ——使眼睛显得聪明漂亮的化妆法·····	146

32 向眼间幅较窄者进一言	
——使眼神显得温和的化妆法·····	148
33 塌眼皮——将充满倦意的眼睛化妆	
成富有魅力的方法·····	148
34 肿眼皮——使眼睛显得明亮的	
化妆法·····	150
35 吊眼角、垂眼角——用此法化妆	
即可变得相当漂亮·····	152
36 单眼皮的人——可采用自由自在的	
化妆法·····	154
37 低鼻子、大鼻子——可不费劲地	
改变鼻形的方法·····	155
38 为唇形欠佳而苦恼的人——让口红	
发挥作用的化妆法·····	157
39 使用香水得当与否，将产生不同	
效果·····	159

附 录：只改变一处即可变成发型美人 ·····	163
-------------------------	-----

第 一 章

检查错误百出的化妆方法
——最新医学向您提出了严重警告

错误百出的化妆方法(一)

对于利用最新科学生产的化妆品，新式化妆法所带来的种种危险后果，如褐斑、皱纹、粉刺、粗糙的皮肤以至皮癌等等，应该有所了解。

至今仍有很多人认为：“人类的皮肤应保持原来的本色。化妆会造成皮肤粗糙、皮肤炎症。不化妆的人，即使是上了年纪，也能保持细嫩的皮肤。古代人皮肤细嫩光滑就是这个原因……。”因而他们便只用自来水、井水或热水来洗他们那宝贵的皮肤，并且满以为自己做得对。

这种说法，乍一听似乎很有道理，但实际怎样？说实话，对于这种说法，我不敢苟同。

“人生50年”的时代已经过去了。对于现代人来说，50岁只是壮年，50岁以后才开始了真正的人生。

的确，如果您是以错误的方法使用那些并不适合于自己皮肤的化妆品，毋庸置疑还是不要化妆的好。

但是令人担心的是，上述那种想法却忽视了当今和过去之间巨大的时代变迁。

首先是大气污染。

与过去相比，大气污染已发展到了非常严重的地步。关于这一点，只要我们在洗头发时注意一下头发的脏污程度就很清楚了。

大气污染对人的皮肤也不可能没有影响。所以通过合理的化妆来保护皮肤，自然也就成为必要的了。

其次，是生活环境的变化。

空调设备的普及，使我们的生活更加舒适方便，但另一方面，却给人类的皮肤带来了极其严重的不良影响。如果不格外注意的话空调设备良好的房间，容易使皮肤干燥，外出的时候，室内和室外温度的差别，就会在不知不觉中破坏皮肤表面的平衡。

再次，生活方式也发生了急剧的变化。

喜欢网球、高尔夫球、滑雪等室外体育运动的女性也多了起来。

各位知道，她们这些人如果不化妆的情况下，就去进行体育运动，那么后果将不堪设想。所以，她们自然应对皮肤采取保护措施。

现在与过去相比，人类皮肤所面临的客观环境确是发生了如此迥然不同的变化。对于“不化妆最好”之类的话为什么不可以轻易相信，其中的原因您可能已经理解了吧。

何况作为现代女性的一种礼仪，不管您喜欢与否，也是不能不化妆的……。

从现在起，希望您能掌握正确的化妆知识，充满信心地与化妆品打交道吧。

错误百出的化妆方法(二)

90%的女性对自己的皮肤类型、对适用于自己皮肤