

上海理发美容技术

上海市美发美容协会 编 上海科学技术出版社



SHANGHAI

LIFA MEIRONG JISHU

SHANGHAI

LIFA

MEIRONG

JISHU



- 理发美容基础知识
- 男式、女式、儿童理发
- 美容化妆



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，努力提高业务水平，更好地为美化人民生活服务。为此，我们编写了《上海理发美容技术》一书。本书包括基础知识、男式、女式、儿童、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、美容技术研究组讨论撰稿，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

1987.11

ABE 33 / 07

· 1 ·

目 录

一、理发美容基础知识

1. 理发美容工作有哪些作用?1
2. 理发美容工作者应具备哪些基本条件?2
3. 理发美容应熟悉哪些人体结构知识?3
4. 理发美容应懂得哪些皮肤生理卫生知识?9
5. 理发美容应懂得哪些皮肤保健护理知识?12
6. 理发工作应懂得哪些毛发生理卫生知识?15
7. 理发工作应了解哪些头发护理保养知识?21
8. 理发工具用品有多少种?23
9. 美容工具、用品有多少种?30
10. 理发工作怎样进行基本姿势训练?32
11. 怎样进行剃刀操作训练?33
12. 怎样进行手轧刀操作训练?37
13. 怎样进行电轧刀操作训练?40
14. 怎样进行剪刀操作训练?41
15. 怎样进行其他动作训练?44
16. 理发工具用品怎样进行消毒?46
17. 理发工具怎样进行保养?48
18. 磨剃刀怎样进行?50
19. 怎样进行磨剪刀和磨轧刀?53

二、男式理发

20. 男式理发有哪些项目?56

21. 男式理发有哪些操作程序?	56
22. 男式发型有哪些基本发式?	59
23. 男式理发发式轮廓线和留发长短的标准是什么?	61
24. 轧剪操作有哪些标准?	67
25. 轧发操作有哪些程序和方法?	69
26. 长发类发型轧发操作怎样进行?	69
27. 中长式发型轧发操作怎样进行?	70
28. 短发类发型轧发操作怎样进行?	71
29. 电轧刀轧发操作应掌握哪些技巧?	72
30. 手轧刀轧发操作应掌握哪些技巧?	73
31. 剪发操作有哪些程序和方法?	73
32. 男发怎样进行修剪?	75
33. 怎样掌握修剪的操作技巧?	77
34. 怎样对凹凸形头型和特殊毛流的头发进行处理?	78
35. 怎样进行洗头?	80
36. 男式理发剃刀的使用有哪些范围?	84
37. 剃须修面有哪些操作程序?	85
38. 剃刀操作有哪些基本刀法?	86
39. 怎样进行“绷紧”和剃刀的配合?	88
40. 怎样进行剃胡须操作?	90
41. 剃特殊胡须的操作怎样进行?	91
42. 修面有哪些操作程序和方法?	93
43. 剃刀的操作应掌握哪些技巧?	94
44. 修面后还应进行哪些工作?	95
45. 怎样进行头部、面部按摩?	96
46. 吹风操作有哪些作用?	100
47. 吹风操作有哪些基本方法?	100
48. 吹风操作有哪些标准?	102
49. 吹风梳理有哪些程序和方法?	103
50. 吹风应掌握哪些操作技巧?	107

51. 如何掌握各种发式的吹风方法?108
52. 男子发式怎样造型?110
53. 怎样进行男子烫发?113

三、女式理发

54. 女式理发有哪些服务项目?116
55. 女式理发、烫发、做发有哪些操作程序?117
56. 女式发型留发长短的标准是什么?118
57. 女式发型有哪些基本发式?119
58. 怎样进行女发洗头?137
59. 女式修剪有哪些基本剪法?139
60. 女式修剪有哪些操作程序和方法?147
61. 女式修剪操作有哪些质量标准?148
62. 怎样掌握现代修剪技术?149
63. 烫发有哪几种方法?151
64. 怎样进行电烫操作?153
65. 怎样进行化烫操作?157
66. 盘卷操作有哪些作用和特点?163
67. 盘卷发圈有哪些操作特点?165
68. 盘卷的发圈和发式有哪些关系?169
69. 发圈的排列有哪些基本方法?171
70. 不同的发式应如何进行盘卷?173
71. 盘卷操作有哪些质量标准?174
72. 怎样掌握大吹风的时间和温度?176
73. 梳理操作有哪些作用?177
74. 梳理操作有哪些基本方法和技巧?178
75. 各种纹样怎样进行梳理?181
76. 梳理操作有哪些程序和质量标准?183
77. 怎样梳理发辫?185
78. 怎样进行梳理扎结?185

79. 怎样进行发髻梳理?187
80. 女子发式怎样造型?188
81. 女式发型有哪些变化和发展?193

四、儿童理发

82. 儿童理发有哪些特点和要求?198
83. 儿童理发有哪些操作程序和方法?199

五、美容化妆

84. 美容有哪些种类?203
85. 化妆美容有哪些特点和种类?204
86. 化妆美容有哪些内容?205
87. 怎样清洁面部皮肤?206
88. 怎样进行基面化妆?207
89. 怎样进行眉的化妆?209
90. 怎样进行眼的化妆?211
91. 怎样进行睫毛的化妆?212
92. 怎样进行鼻的化妆?213
93. 怎样进行唇的化妆?214
94. 怎样进行颊的化妆?216
95. 怎样进行各种脸型的化妆?217
96. 怎样进行护肤(保健)美容?220
97. 怎样进行治理美容?222
98. 怎样修指甲?223
99. 染发剂有哪些作用和种类?225
100. 怎样进行染发?226
- 【附】 理发业业务技术等级标准228

一、理发美容基础知识

1. 理发美容工作有哪些作用？

(1) 保持头部、面部清洁,有利身体健康

通过对头发的整理、清洗、梳理,可以清除沾附在头发、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,通过头部的按摩刺激,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,否则零乱披散,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、精神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哪些基本条件?

理发美容工作是一个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艺，又是现代电学、化学、美学相结合的综合性技艺，是有相当深的学问，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、公共卫生学、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生有中学文化的青年进店培训，有一定的基础后，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，若要正确掌握和使用这些工具及用品，那就必须懂得，并掌握一定电学、物理、化学、头发及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，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。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，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，讲职业道德，使每个顾客都能高兴而来，满意而归。

3. 理发美容应熟悉哪些人体结构知识？

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二部分，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）。

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，在中间线相级。

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，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“上颌骨”，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“下颚骨”，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、

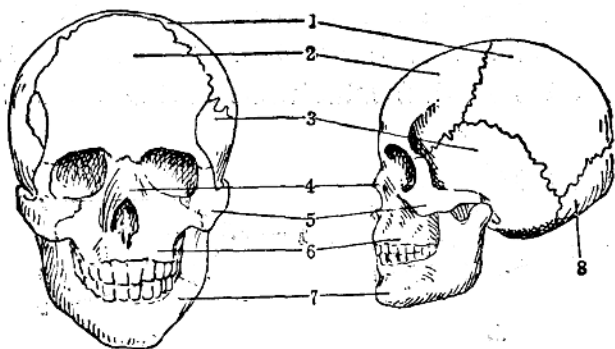


图1 人体颅骨的构造

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

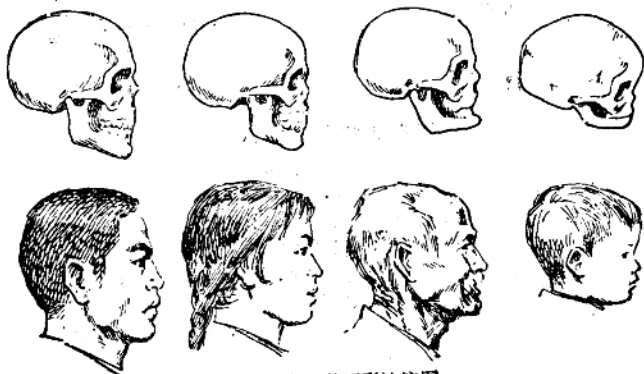


图2 男女老幼颌形比较图

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全,颌部内收,脑颅部较大(图 2)。因此在处理男、女、老、幼的发型上,要考虑他(她)们头颅的不

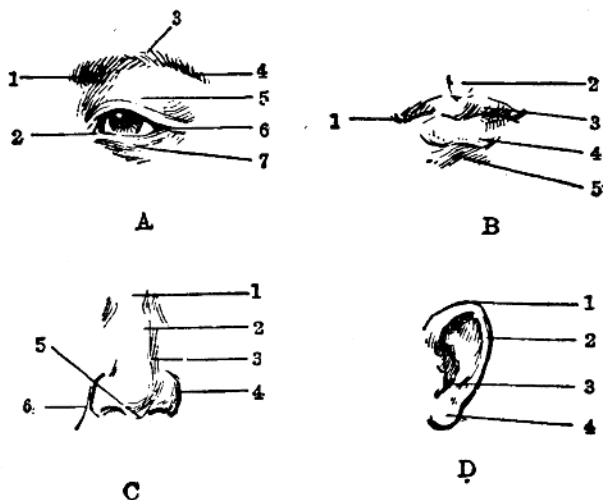


图 3 五官各部的名称

A. 眉眼部名称

1. 眉头 2. 内眦(内眼角) 3. 眉弓 4. 眉梢 5. 上眼睑
5. 外眦(外眼角) 7. 下眼睑

B. 嘴部名称

1. 嘴角 2. 人中 3. 上唇 4. 下唇 5. 颌唇沟

C. 鼻部名称

1. 鼻根 2. 鼻侧 3. 鼻梁 4. 鼻翼 5. 鼻尖 6. 鼻唇沟

D. 耳部名称

1. 耳壳 2. 耳轮 3. 耳甲 4. 耳垂

同的特点。

3) 五官各部的名称:五官有眉、眼、鼻、嘴、耳等部分,每个部分又有具体的名称(图3)。

① 眉。包括眉头、眉弓、眉梢,两眉之间的部位又称眉间。

② 眼。包括上眼睑、眼球、上下眼睫毛、内眦(内眼角),外眦(外眼角)等。

③ 嘴。包括人中、上唇、下唇、颌唇沟、口角(嘴角)等。

④ 鼻。包括鼻根、鼻梁、鼻翼、鼻侧、鼻唇沟、鼻缘、鼻中隔、鼻孔等。

⑤ 耳。包括耳壳、耳轮、耳屏、耳舟、耳垂、对耳轮、对耳屏及耳背等。

(2) 头部和面部的名称

1) 头部的分部和名称:头部一般分为前头部、头顶部,右侧头部、左侧头部,后头部等五个部分。左右侧头部又各有耳前部、耳上部、耳后部等三个部分。

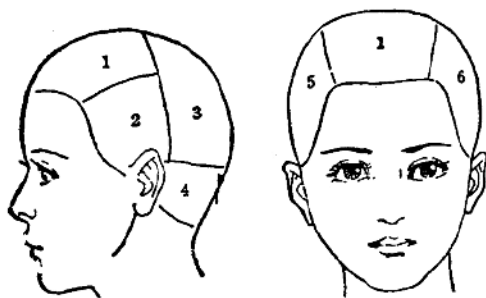


图4 头部分部的名称

1. 前头部 2. 侧头部 3. 头顶部 4. 后头部 5. 右侧头部
6. 左侧头部

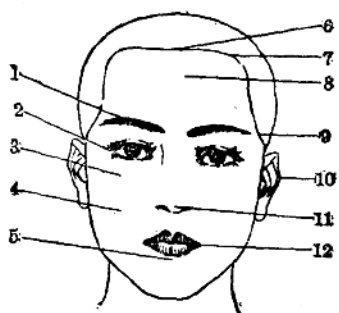


图5 面部各部的名称

1. 眉毛 2. 眼部 3. 颧部 4. 颊部 5. 颌部 6. 前额发际线
7. 额角 8. 额部 9. 鬓发 10. 耳部 11. 鼻部 12. 嘴部

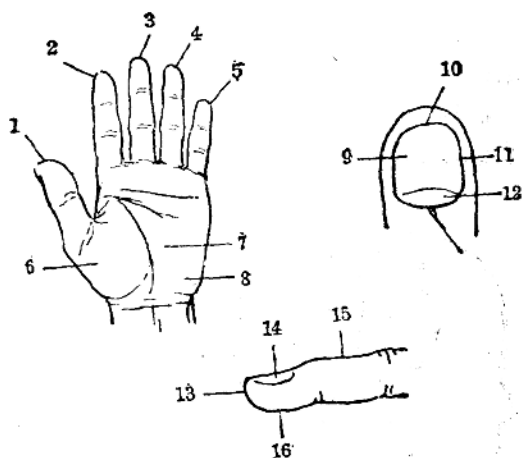


图6 手各部的名称

1. 拇指 2. 食指 3. 中指 4. 无名指 5. 小指 6. 拇袞丘
7. 手掌 8. 小指丘 9. 指甲体 10. 指端(尖) 11. 指甲廓
12. 半月 13. 指尖 14. 指甲 15. 指背 16. 指掌

2) 面部各部的名称：面部包括五官、额、颊、颌等部分。

3) 手各部的名称：手的骨骼结构主要为腕骨、掌骨、指骨等三个部分。

手的外形各部为手掌和手指二个部分，五个手指为拇指、食指、中指、无名指、小指。

指甲也与毛发一样，是由表皮的皮质变化而来的，为四方形。除指端的一边外，其他三面都被皮肤覆盖着，称为指甲廓，指甲根部的指甲廓最深，指甲深埋入，称为指甲根。指甲根下的皮肤称为指甲母，指甲就在这里形成的。指甲母的一部分伸出在半月形的前方，形成白色，称为半月。半月以外露在外面的部分称为指甲体，它是在指甲床上面，并从后方的指甲廓伸出表皮的角质层。超过半月的一部分，称为上指甲皮，以保护后指甲部。

4. 理发美容应懂得哪些皮肤生理卫生知识？

皮肤为人体表面的主要器官，覆盖人身表面，保护人体内部组织，对于人体健康有决定性作用。

(1) 皮肤的结构

皮肤由上皮性的表皮和结缔组织性真皮组成。

1) 表皮：皮肤最外面的一层叫表皮，分为深浅两层，浅层为扁平上皮，叫角质层；深层称为生发层。皮肤表皮有皮沟、皮丘、张力线、曲折线，是真皮内纤维的走向与产生关节运动有关。表皮深层细胞含有黑色素颗粒。其含量的多少决定肤色的深浅。黑色素还可以防止强烈的紫外线透入，对身体内部有保护作用。

2) 真皮：位于表皮下面，向下与皮下组织相连。比表皮厚数倍，包含着立毛肌、多数血管、神经、汗腺、毛囊等，有分

泌汗液、调节体温和水分、排泄废物，分泌皮脂等作用。在真皮与表皮接触处形成很多乳头突起，称真皮乳头层，其下方有许多弹力纤维组成的网状层，与皮肤弹性有关。由于真皮中分布有血管、神经末梢，碰破了会出血。

3) 皮下组织：皮肤下面为皮下组织，由大量脂肪组织构成，又称脂肪层。皮肤真皮向皮下组织伸出许多大小不等的胶质纤维，使皮肤与皮下组织牢固地结合起来。皮下有血管和神经的主干，神经末梢，毛束及皮肤腺。由于脂肪的多少，则形成皮肤的厚薄。皮下组织受人们年龄、营养状况、内分泌等影响而变化。

皮肤的附属器官有两种：一为角化附属器官，如指(趾)甲和毛发；一为皮肤腺，如皮脂腺、汗腺、乳腺等。

(2) 皮肤的功能

1) 保护作用：皮肤表皮的角质层富有弹性和柔软感，能防止外界刺激，保护人体的作用。皮肤表面有一层汗和皮脂分泌而形成的酸性薄膜(酸碱度在 pH 4.5~6.5 左右)，对皮肤起净化作用，防止化学物侵蚀和细菌感染。因此皮肤是人体的第一道防线，对机械性刺激及化学物质具有防护能力。皮肤经常磨擦的部位会增生肥厚，出现老茧，这是皮肤角化层的保护作用。皮肤的黑色素可防止紫外线对身体的刺激和损伤。

2) 调节体温作用：人体需要保持一定的温度来维持生命，皮肤能起调节体温的作用。皮肤是通过汗腺的发汗量及毛细血管的血流量等来调节体温。气温高时，皮肤血管扩张，出汗增加，以散发体热；气温低时，皮肤的血管收缩，出汗减少，防止体温散失。

3) 感觉作用：皮肤有触觉、痛觉、温觉、冷觉等功能。皮

皮肤把外部的各种刺激通过无数神经传至大脑，从而在身体上作出反应。

4) 表情作用：皮肤是人体表面的器官，它受外界和人体内部的影响，血管的扩张和收缩，反映了人的精神；表情肌的活动，反映了人们喜、怒、哀、乐的表情。

5) 呼吸作用：皮肤也参与呼吸（相当肺呼吸量的1%）作用，如排出碳酸气，吸收氧气。

6) 吸收作用：皮肤本身没有积极的吸收作用，但经特殊的处理方法，也能使物质透过皮肤进行吸收，如水分、脂肪类和维生素 A、D、E 溶液就比较容易吸收；通过按摩，也可加强皮肤的吸收性。也有使用阴阳离子营养导入美容机，用电子渗透方法，强迫皮肤吸收营养。

7) 分泌、排泄作用：皮脂由皮脂腺分泌出来，从毛囊壁排出到皮肤表面，使皮肤和头发滋润，防止水分蒸发。汗的分泌主要在于调节体温，补助肾脏的机能，也起着排出水分和废物作用。

8) 再生作用：日常生活中磨擦脱落的细胞，可以生理性再生进行补充，皮肤受创伤时，也会通过止血、细胞增生移行至伤口等复杂过程，使其愈合。

(3) 皮肤的类型

健康型：表面细腻、湿润、感觉柔软。血液循环良好，皮肤有透明度、弹性和张力。适量的汗和皮脂分泌，在正常的情况下皮肤呈现湿润。黑色素无异常情况。新陈代谢活跃，角化正常。

1) 普通型：皮肤上有健康的血色，肌理整齐。皮肤分泌及水分适量，皮肤表面有光泽和张力。T 区（额、颞、鼻部分）能见微量的皮肤分泌。普通皮肤的存在是非常宝贵的，因此