

潘 莉 李林娟 主编

BEAUTY

美容化妆技巧 第二版

时尚家庭生活丛书

Fashion Family Life Series



青岛出版社

Fashion Family Life Series

Fashion Family Life Series

时尚家庭生活丛书

美容化妆技巧

潘 莉 李林娟 主编

第二版



青 岛 出 版 社

鲁新登字 08 号

图书在版编目(CIP)数据

美容化妆技巧/浩瀚,李林娟主编. — 青岛:青岛出版社,
2001.8

(时尚家庭生活丛书)

ISBN 7-5436-2520-2

I.美... II.①浩...②李... III.①美容-基本知识②化
妆-基本知识 IV.TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 049412 号

- 书 名 美容化妆技巧(时尚家庭生活丛书)
主 编 浩 瀚 李林娟
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市徐州路 77 号(266071)
邮购电话 (0532)5814750 5814611-8662
责任编辑 高继民 杨成舜
装帧设计 刘 媛
出版日期 2001 年 8 月第 1 版,2002 年 4 月第 2 版第 2 次印刷
印 刷 胶州市装潢印刷厂
开 本 32 开(850×1168mm)
印 张 8.125
字 数 150 千
印 数 5001—10000
ISBN 7-5436-2520-2/Z·87
定 价 12.80 元

(青岛版图书售出后发现缺页、散页、错装、倒装、字迹模糊等,请寄回承印厂调换)

丛 书 编 委 会

主 编	浩 瀚	李林娟		
编 委	王克强	王振远	马 兰	刘同冈
	汪 颖	李 萍	李长忠	李洪伟
	李洪波	张 力	林晓靖	赵修臣
	顾 颖	鲍小蕾	尚 新	

目 录

第一篇 美容化妆技法

艳丽型妆有诀窍	[3]
清水激拂娟秀妆	[4]
青春浪漫少女妆	[6]
典雅高贵新娘妆	[8]
“涂娘半老”成熟妆	[10]
“丰腴可人”自然妆	[11]
“清柔淡雅”半百妆	[12]
“庄重大方”老年妆	[13]
“风采依旧”古稀妆	[15]
阳刚之美男性妆	[16]
黄皮肤女子巧化妆	[18]
化妆手误好纠正	[19]
纠正化妆剥落的方法	[20]
化妆之后要检查	[22]
额部化妆有良方	[23]

Fashion Family Life Series

颈部怎样化妆	[25]
眼皮、眼尾下垂怎样做眼部化妆	[27]
防治眼袋出现的要诀	[29]
预防和消除黑眼圈有良方	[31]
眼镜的选择与佩戴	[32]
眼镜与脸型的配合	[34]
戴近视眼镜修饰眼睛的诀窍	[36]
防止双下巴的诀窍	[37]
耳朵化妆很重要	[38]
鼻子化妆要知晓	[39]
家庭怎样自行烫发	[41]
烫好的头发不变形的要诀	[43]
假发和假发套的使用方法	[44]
保护假发套的要诀	[45]
面部肌肉要运动	[46]
防止眼角皱纹的方法	[48]
面部要防止皱纹	[49]
保养指甲有高招	[51]
消除雀斑有技巧	[53]
轻描淡写总相宜	[54]
椭圆形脸靠妆扮	[56]
圆圆小脸巧美容	[58]
旅游妆的化妆技巧	[60]
运动场上美娇娇	[61]
浓妆艳抹跳舞去	[62]
古典舞舍娟秀妆	[63]
化妆跟着季节走	[65]
经络美容有讲究	[67]

快速美容十分钟	[69]
美容保健操,显得人年少	[72]
靓丽美艳胭脂帮	[74]
腮红依据脸型抹	[76]
眼型不理想,用化妆弥补	[78]
巧描眉,增妩媚	[80]
如何根据脸型描眉	[83]
长长睫毛,感觉真好	[85]
眼线增风采	[87]
双色眼影添妩媚	[89]
怎样画唇线	[91]
唇形不理想,化妆来帮忙	[93]
嘴唇缺陷好弥补	[96]
矫正鼻梁塌陷有良方	[98]
眉型修饰有真功	[100]
选择眉型有技巧	[102]
修眉步骤要知晓	[103]
描眉技巧好掌握	[105]
涂口红的步骤	[107]
修正唇型方法多	[109]
修饰指甲增妩媚	[111]
面部按摩要坚持	[113]
孕妇怎样进行面部按摩	[117]
巧妙保护孩子的小脸蛋	[119]
体现阳刚气,胡须很重要	[121]
剃须的方法要正确	[123]
科学寻找自己的型	[124]
掌握不同风格的化妆法	[126]

自我美容按摩法	[129]
要想化妆妙,步骤不可少	[131]
简易化妆有步骤	[133]
要想装扮靓,协调五官忙	[136]
“星期天美容”有要诀	[138]
春季怎样化妆	[140]
夏季怎样化妆	[142]
秋季怎样化妆	[143]
冬季怎样化妆	[145]

第二篇 秀发肌肤养护

用电脑选择发型	[149]
头发的鉴别和护理	[151]
如何弥补头发缺陷	[152]
脸型有缺陷,发式要改变	[153]
巧妙保持发型	[155]
染发有诀窍	[157]
吹出头发曲线来	[159]
洗头要讲科学	[161]
要学会正确的梳头方法	[163]
护发要诀要记牢	[165]
头发浓密有良方	[167]
各种方法巧脱毛	[169]
头发油腻好消除	[171]

皮肤的作用要了解	[173]
要学会保护皮肤	[176]
青春年少,预防粉刺要知道	[178]
四季皮肤有特点	[180]
皱纹形成有原因	[182]
如何预防皱纹	[184]
消除皱纹有良方	[186]
干性皮肤保养法	[188]
油性皮肤保养法	[190]
夏季皮肤妙保养	[191]
冬季皮肤好护理	[192]
利用饮食护肤	[193]
巧用天然物质护肤	[194]
春季皮炎防治法	[195]
“青春痘”清洁收敛法	[197]
清洗皮肤讲技巧	[199]
测定皮肤性质有方法	[202]
剥落皮肤死细胞的技巧	[204]
皮肤白嫩有方法	[205]
皮肤应长期保持弹性	[207]
预防皮肤衰老有巧法	[209]
美化颈部显年轻	[211]
皮肤不松,要做“美容功”	[212]

第三篇 化妆品的选用技巧

Fashion Family Life Series

选用药物化妆品要注意	[217]
巧用粉底掩饰雀斑等	[218]
巧使香水的香味持久	[220]
水果蔬菜美容的良方	[221]
瓜果蔬菜美容法	[224]
自制厨房化妆品	[226]
家庭怎样自制面膜	[228]
使用面膜美容的方法	[230]
正确看待新型化妆品	[232]
鉴选唇膏讲究多	[236]
选好眼影添风采	[238]
祛臭化妆品, 身体增芳香	[239]
总有面霜适合你	[241]
唇膏合适增靓丽	[243]
鉴选香水有要诀	[245]
化妆工具知多少	[247]
保管化妆品, 重点在“几防”	[250]

第一篇

美容化妆技法

“三分涂色七分妆”，这说明化妆的重要性。但是，对于美容化妆的技法许多人却不甚了解。本篇重点说明了正确的美容化妆技巧，有助于使人变得更加靓丽。

艳 丽型妆有要诀

提示

在一定场合或者某种特定的气氛中,比如参加舞会、表演、晚会等,艳丽妩媚的形象常常引人注目,要善于用化妆使自己具有这种艳丽形象。

要诀

1. 要在眼线和嘴唇轮廓上下功夫,要使眼睛和嘴唇的线条流畅、飘逸,这样,就会有一种特殊的韵味。眉毛的弧形曲线,嘴唇饱满圆厚,以及微微上翘的嘴角都是表现艳丽不可少的要素。深圆的唇部曲线可用唇线笔描画出来,适当地可把嘴唇向外扩一下,这样就可增添一些风韵。



2. 要在色彩上给人以鲜明难忘的印象。洁白的皮肤、鲜艳的口红、乌黑的睫毛会给人一种健康、艳丽的感觉。

注意!!!

眼影和唇膏要具有明亮的色彩,而且一定要与服装色调相协调。



清水微拂娟秀妆

提示

娟秀文静的形象,给人的总体感觉是色彩温和雅致,形式自然流畅。这种装扮比较适合于大学生、教师。

要诀

1. 保持苗条的身材。
2. 化妆上最基本的要求是色彩和谐统一。胭脂、口红、指甲油的颜色要接近甚至相同,配合要得当。胭脂色、眼部色要与底色自然衔接,不要留下明显的色块。
3. 要具有明快感的白净皮肤,要使皮肤洁白,防止日晒,使用有增白作用的化妆品。肤色欠佳的皮肤可选择浅色或中性色粉底作调整。
4. 要保持柔和的线条,眉毛、眼线、唇线都应应以柔和的起伏来强调娟秀文静的外部特征。
5. 要选用冷色,冷色具有理智、冷静的感情色彩,淡淡的蓝色、紫色、浅绿色,常常会使淡雅、娟秀、文静的情调更浓。



按不同发型佩戴耳环

削薄俏丽短发和露出耳朵的短发,最能显露耳环的特色,因此不妨选戴夸张的大耳环。

卷烫活泼短发,适合个性化设计、造型有趣的耳环。无论头发往后拢起或自然垂下,它都不致受到埋没。

平板自然短发,适合造型突出、简单大方的耳环,佩戴时头发不妨拢在耳后。

微卷飘逸长发和长发垂下或单边拢在耳后,不宜佩戴大耳环,以免给人以笨重之感,以佩戴精致小巧的耳饰较为适宜,但当头发往后挽起时,则适合佩戴大耳环,以与挽发平衡。

青春浪漫少女妆

提示

少女的皮肤细腻娇嫩,充满青春活力,如果再细心修饰一下,会增添一份娇柔和妩媚。

方法

1. 在清洁皮肤之后涂以滋润性乳液,轻轻涂上化妆水,再施米色系列薄粉底,这样可以避免掩盖肤色的自然美。

2. 用细毛刷朝眉毛生长方向刷,最好不要过多地修剪,补画一下眉毛即可,描眼线要清淡,上下眼线保持平行,避免有翘的感觉。

3. 用棕色或粉红色眼影淡抹,不要贴假睫毛,以免显得过于修饰。

4. 颊部扫以淡淡的棕红色,能增加脸的立体感。

5. 唇部画过轮廓后,用淡棕色或粉红色唇彩。

注意!!!

少女妆应以棕、粉红色为主基调,虽是淡妆,却别具风采。



脸型与发式(一)

长脸型——前顶部头发不宜梳高,发线取侧分,头发向左右两旁分散,须有柔和的鬟环波纹,以增加丰满的脸部轮廓。

圆脸型——头前部及顶部头发宜高,稍将两颊及两耳露出,额不可过露,后发要厚而斜,稍垂刘海短发,显得庄重大方。

方脸型——侧分头路不可太偏,前发宜平,两侧及头后应做波纹,左右两颊垂发应成波状,隐掩额侧部分,显得丰盈,前发斜下遮盖一部分额角,可略减方形面部的形状。

椭圆脸型——也叫鹅蛋脸或瓜子脸,是东方女性的一种标准脸型,配任何发式都有美感。但以采用中分头路为主,左右均衡款式的发式更为适宜,它具有端庄秀丽之美。

菱形脸型——这种脸型是两颧较大、额较狭,可采用隐藏过宽额面的发式,将两额角隐掩,两侧垂发,颊旁作鬟环或波纹。

杏形脸型——此种脸型有如杏仁形状。前顶部头发不宜过高,额需微隐,两侧垂发应至耳下作鬟环或波纹。