

F时尚街S 美人街

中国时尚巨星胡兵推荐

COSMETOLOGY

美容基础



小小口袋书里装着活看机的内部

冷艳型、纯情型、活泼型……
7种气增化妆术，做时尚女人花

用60分钟看书
美容基础全精通



眉妆、眼妆、鼻妆，妆妆精“点”
为美丽添分加彩

南海出版公司

图书在版编目(CIP)数据

美容基础 / 深圳市金版文化发展有限公司主编. —海口: 南海出版公司, 2006. 3

(时尚街. 第1辑, 美人号)

ISBN 7-5442-2778-2

I. 美... II. 深... III. 女性—美容—基本知识 IV. TS974.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第000318号

SHISHANGJIE (01)

时尚街(01)

MEIRENHAO — MEIRONG JICHU

美人号 — 美容基础

主 编 深圳市金版文化发展有限公司

责任编辑 陈正云 周诗鸿

封面设计 赵雪红

出版发行 南海出版公司 电话(0898)66568511(出版) (0898)65350227(发行)

社 址 海南省海口市海秀中路51号卓华大厦5楼 邮编 570206

电子信箱 nhcbgs@0898.net

经 销 新华书店

印 刷 深圳市极雅致印刷有限公司 (0755)84190019

开 本 787mm×1092mm 1/32

印 张 20

版 次 2006年3月第1版 2006年3月第1次印刷

书 号 ISBN 7-5442-2778-2

定 价 80.00元(共10册)

南海版图书 版权所有 盗版必究

购书电话: (0755)83476130

Http /www.ch-jinbq.com

序言 PREFACE

云想衣裳花想容，谁不想拥有令人心仪、赏心悦目的容貌？自古有语曰：“三分长相，七分打扮。”可见“妆”扮对于美貌是绝对必要的。然而，先天的长相没有选择和做主的权利。但是，后天竟爱美、追求美、向往美、塑造美却是上帝赐予每一个人的平等权利。

《美容基础》从化妆常识、化妆工具等最简单的内容讲起，由浅入深，详实的步骤配以画面精美的图示，教你一步一步成为灵动的女人，一步一步进入美丽的世界，保证让你明明白白理解、轻轻松松掌握。

对着镜子，看看自己，你希望拥有什么样的脸呢？请跟我们一起来慢慢练习吧，相信你会越来越喜欢自己。



时尚街·美人号

(共 10 册)

01. 美容基础
02. 美白基础
03. 护肤基础
04. 除痘·祛斑基础
05. 彩妆基础
06. 美甲基础
07. 香熏基础
08. 丰胸基础
09. 瘦身基础
10. 美体基础

F时尚 S 丽人 S 丽人 S

美容基础

Basic knowledge of cosmetology



南海出版公司

目录

Contents

Part-1 妆前ABC

- 脸部结构 6
- 五种肤质的特点及保养 7
- 化妆STEP 10
- 活跃与润肤 12

Part-2 局部化妆

- 粉底 16
- 眉妆 20
- 眼妆 27
- 鼻妆 31
- 腮红 34
- 唇妆 37



Part-3 完美妆容

- 不同脸形的化妆 44
- 不同气质的化妆 47
- 十二星座巧化妆 51

Part-4 清爽容颜

- 卸妆 58
- 补妆 61





Part 1

The knowledge before pink

妆前ABC

化妆前，我们需要注意哪些问题？你知道脸部结构会影响化妆的效果吗？如果你是刚接触化妆的MM，正确的化妆步骤又是怎样的呢？你知道肌肤有哪几种类型，如何保养吗？让我们从认识脸部结构开始，了解5大肤质的特点，正确的化妆步骤等等妆前知识，为自己的美丽加分吧！



脸部结构

Facial frame

为了使化妆技巧进步，必须准确掌握自己的脸部结构。以下是常见的脸部彩妆用语。

【发际】

为头发生长处的部分，形成脸型。为了不以为致过于平面化，应将粉底自然地推展至此处。

【眉峰】

为眉峰中央通与侧面的连接点。因此只要强调此处，就可使眉毛呈现立体效果。

【眼眶】

请以手指找出环绕眼眶的骨骼，其下方的凹陷处即为眼眶窝，为全副眼影的标示位置。

【颊骨】

从鬓角下方到鼻翼的延长线上有颧骨高起的骨骼，此处即为腮红涂刷的最佳位置。

【唇峰】

嘴唇上最凸出之处突起，如要施口红应描画此处，可令嘴唇质感高雅的唇型。

【眉毛】

眉毛的起始处下方凹陷处即为眉峰，以下即为眉线。

【眉尾】

以位于鼻翼至眉尾的延长线上最为理想。

【眼睛线】

对眼睛而言为眼线延伸的标示。

【鼻梁】

上唇窝和下唇窝的连接点。

【鼻翼】

因为两个鼻孔向前，所以容易堆积粉底或蜜粉颗粒。

【脸颊骨骼】

脸颊的轮廓，为指脸型骨架或侧脸。

【下巴骨骼】

下巴骨线的中头。

【嘴角】

上唇与下唇的连接点，如能施得口红应描画于此，可呈现立体彩妆的唇型。



五种肤质的特点及保养



The character and protection of five skins

皮肤大体上可以分为干性、中性、油性、混合型和敏感型。现在我们开始分析人的肤质，大家可以对照一下自我鉴定。

干性皮肤特点

毛孔细小，很少有面疱，而且皮肤紧绷、脆弱，没有光泽，不易上妆，易脱皮，尤其是脸颊的部位，对阳光和寒冷非常敏感，很少晒黑，易晒伤，眼部、唇部四周和额头容易出现皱纹。



保养重点

如果你是属于干性肌肤一类，就请注意了。通常肌肤的含水量与肤龄是成反比的，肌肤愈年轻，水分愈饱满，因此干性肌肤无疑是容易老化的高危险群。干性肌肤缺乏保持天然水分的功能，当肌肤含水量跌至谷底时，表面细胞将容易破损；更严重的是，外在干燥环境可能会把任何剩余的水分吸去。恶性循环下，肌肤会更易干燥、粗糙老化。因此，在秋冬季节，对于干性肌肤而言，除了治标性地补充肌肤表面必要的水分之外，更重要的是从肌肤深层改善其保水能力。



油性皮肤特点

毛孔粗大，脸部有油光，T字部更明显，面疱普遍，皮肤柔软，很少皱纹，易脱妆，易晒黑，不易晒伤。

保养重点

油性肌肤的你清洁是首要工作，先用吸油面纸将多余的油分吸掉，再喷洒矿泉水或化妆水，之后在干燥的地方，以保湿凝露轻轻推匀。很多人以为面膜一定能保湿，这是错误的喔！因为每个人的角质层不同，假如你的角质层本来就厚，

使用面膜只会让你的角质层长得更快，破坏原有的平衡。所以油性肤质的你，在使用保湿面膜之前，别忘了先去角质。

混合性皮肤分三种类型

(1) T字部位油性，毛孔粗大，面疱普遍。而面颊皮肤洁净柔嫩，很少有面疱，肤质细致，肤色均匀。这是混合性皮肤中最常见的类型。

(2) T字部位少油脂和面疱，面颊皮肤毛孔很小，极少面疱，易出现皱纹和细纹。

(3) T字部位油性，毛孔粗大，面疱普遍，有油光，而面颊皮肤毛孔细小，少面疱，易脱皮，皮肤紧绷，有皱纹和细纹。是混合性皮肤中比较少见的一种类型了。





保养重点

对于混合性肤质的你来说，T字部位真是你的致命伤，早晚洗脸后可擦清爽型的乳液，平时上班要多注意鼻头出油的现象。你可先将T字部位的油分吸掉，再在干干的脸颊旁擦上保湿凝露，利用午休时间在鼻头贴上滋润或保湿的面膜，最后记得要使用冻胶类乳液镇定肌肤，加强水分补充！

敏感性皮肤特点

皮肤表皮薄，毛细血管明显，皮肤缺乏光泽，脸颊易充血红肿。因季节变化，皮肤容易呈现不稳定状态，易受冷风、食物、水质、紫外线、合成纤维、香味、色素等外在环境或是物质的影响。

敏感性皮肤与干性皮肤像亲戚一样，在温度和环境变换不定的春秋季节，干性皮肤最易变成敏感性的，而油性缺水性皮肤也容易变得敏感哦。

保养重点

皮肤容易过敏的人，首先要做好皮肤清洁的工作。污垢是过敏的源头，残留在皮肤的污垢，会干扰皮肤的正常代谢，阻塞毛孔油脂分泌，导致皮肤过敏发炎。要用温冷水洗脸。敏感肤质，对外在环境忍受度较差，需加强皮肤的保湿能力及皮脂分泌的油脂量。洗脸后必须使用滋润化妆水及保湿乳液，使表皮的皮脂及水分平衡完整。宜选用敏感皮肤专用护肤品，不使用过于油腻、香味浓烈、含酒精等刺激性成分的保养化妆品。



The step of makeup

也许对于刚接触化妆的人来说，面对着一大堆的化妆用品，却不知道哪些是用来干什么的。更不知道正确的化妆步骤。到底是应该先画眼线还是该先上眼影？而对于经常化妆的人来说，也许你认为自己的化妆步骤是正确的，不过还是听听专业化妆师对于正确化妆步骤的建议吧！因为不同的化妆程序创造出来的妆效是完全不同的。

(1) 清洁面部皮肤

在未涂敷底色之前，必须将面部皮肤的不洁之物除去，才能开始化妆。除去面部油污的方法，一般有油洗和水洗两种，如果条件允许，最好是油洗。即选用洗面霜、清洁霜之类的油脂皮肤清洁剂洗面。它的优点是：既能除去面部油污，使面部洁净，又能保护皮肤，免除肥皂等碱性物质对皮肤的不良刺激。

(2) 用爽肤水轻按面部和颈部，然后再加一层有色润肤液，使未经化妆的面部洁净、清爽而滋润。

这种有色润肤液，不仅对皮肤有益无害，而且能增强化妆品效能，使妆容持久、均匀、细柔，色泽也不易改变。特别是夏季，使用润肤液可使皮肤呈现天然的日晒色，有利于保护皮肤。



(3) 打底粉

用少量粉底涂在脸上。再用棉球或海绵将粉底仔细地抹匀。一直抹到鬓边和颈下。以免出现痕迹。然后用少许油质眼影膏打底。它可将眼影粉的颜色表现得更加纯正。颧骨上也可用少许油质眼影膏打底。用指尖在颧骨上轻轻抹匀。如果要遮盖眼睛上部的黑圈或面部的瑕疵。可先涂上遮瑕膏。并用海绵抹匀。但应注意。千万不要涂到眼下细柔的皮肤上。

(4) 清扫眼影粉

用毛刷清扫眼影粉。使不同颜色的眼影粉刷得更加均匀。然后。在眼睑内侧涂上较深的眼影。以衬托出鼻子的线条。这是我们东方人脸形常用的一种技巧。

(5) 画眼线

用黑色眼线在上下睫毛线上画眼线。这样眼睛就显得炯炯有神。使人增添魅力。

(6) 扫睫毛

用睫毛卷从睫毛下侧面上扫两次。待干。当扫下睫毛时。可先用睫毛棒扫一次。再用干净的睫毛刷轻扫。

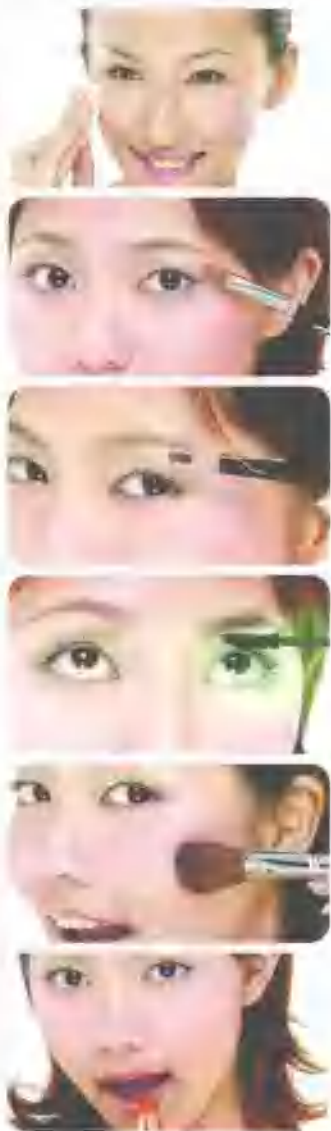
(7) 打胭脂粉

打上胭脂粉。能使整个脸部显得柔美自然。也能使颧骨显得突出。然后再用同色胭脂粉轻扫太阳穴部位。便可使面部色彩显得浓淡和谐。

(8) 画唇形

首先在原来的唇线上搽粉底。再打粉。然后用唇笔画出所设计的唇形。在上下唇中加上珠光唇彩。以增光泽。

完成上述几个步骤后。日常妆就算化完了。化妆完毕的面容应毫无痕迹。并显得典雅大方。这样。就算达到了面容化妆的预期效果。



洁肤与润肤

Cleanser and Moisture

春已为沉睡的肌肤焕发出新的活力，赶快把握这个护肤的太好时节。针对此时的肌肤特征，给自己制定一个有效的护肤计划。

洁肤——洁净+温和

油脂分泌增多，风沙、花粉等堵塞毛孔，容易引起“痘痘”和皮肤过敏。许多人误以为频繁地洗脸或使用去脂力强的洁肤品便可以减少油腻，缓和过敏。实际上，这只会破坏皮肤天然的皮脂膜。肌肤缺乏了皮脂膜的保护，不但变得干燥紧绷，而且当刺激物入侵时，肌肤更将乏力抵抗。所以洁面产品不但要洁力出众，同时还要性质温和、安全。由于洁肤品的碱度不能立即恢复平衡的状态，这时我们需要使用紧肤水。它能迅速帮助肌肤调整到平衡的理想状态，为接下来使用精华素、润肤做好准备。特别要提醒大家，紧肤水具有再次清洁的作用，所以，应用化妆棉吸取适量后，在肌肤上擦拭，将残留于皮肤深层、边角的污垢、洁面产品清除干净。

由冬转春，我们的内分泌变得旺盛，而皮肤表层还处在御寒的状态，代谢慢，分泌快，很容易出现死皮堆积，皮肤表面变得非常粗糙，而粉尘又极易在粗糙的表面逗留，与死皮混合堵塞毛孔，引起“痘痘”。所以在春季，可以选择具有促进死皮细胞剥落的紧肤水，加快表皮的新陈代谢和细胞更新，改善皮肤出现的干燥、皱纹、痤疮等现象。



润肤——防晒+保湿

水嫩、白皙的肌肤是许多人的护肤目标。而干燥和日晒的春季特征直接威胁着肌肤健康。既然皮肤晒黑是从春天开始的，那么初春就要避免阳光对面部的直接照射。出门前要涂上含防晒成分的护肤用品。而坐在办公室里同样也不能忽略“防晒”。室内的日光灯、玻璃窗等都会引起一定的光刺激。此外，干燥的春风，室内长期的空调环境，会持续带走皮肤中的水分，使皮肤干燥，容易出现细纹。所以，润肤产品还要能帮助保湿。



TIPS

护肤贴士

睡前彻底洗脸是护肤的基本原则。洗脸最好不要用过热的水，最理想的水温是40℃。并且用温水与冷水交替冲洗，洗脸后别忘了用双手轻轻地拍打肌肤。注意别用毛巾用力擦脸。擦干后抹上化妆水，再涂上乳液，整个程序下来脸部才感觉更轻松了。



