



妆底点缺
攻略方位全

彩妆造型

一学就上手

黄千玮 编著



★走在流行前线
★最In时尚妆

“8”大类型彩妆分别介绍，
眉目传情~电眼无界限
水嫩立体丰唇秘诀!

中国轻工业出版社





彩妆造型

一学就上手

黄千玮 编著



图书在版编目(CIP)数据

彩妆造型一学就上手 / 黄千玮编著. —北京: 中国
轻工业出版社, 2008.1

ISBN 978-7-5019-6049-1

I.彩… II.黄… III.女性—化妆—基本知识 IV.TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 099608 号

版权声明:

原 书 名: 彩妆达人

作 者: 黄千玮

本书经台湾柠檬树国际书版有限公司独家授权, 限在大陆地区发行。未经著作权人和本社书面许可, 不得以任何方式对本书内容进行复制、转载或刊登。违者必究。

责任编辑: 胡玫娟

策划编辑: 胡玫娟 责任终审: 劳国强

责任校对: 李 靖 责任监印: 胡 兵 张 可

装帧设计: 北京水长流文化发展有限公司

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京国彩印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2008 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 889×1194 1/24 印张: 4

字 数: 73 千字

书 号: ISBN 978-7-5019-6049-1 / TS·3529 定价: 22.00 元

著作权合同登记 图字: 01-2007-2606

读者服务部邮购热线电话: 010-65241695 85111729 传真: 85111730

发行电话: 010-85119845 65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

70264S3X101ZYW

「彩妆」永远是女人所热衷的话题，
它不仅促进外在的美丽！

黄千玮



日本科学家实验证实，脸上有斑或疤的人，经由化妆掩饰碍眼的缺点后，看见镜子中没有明显缺点的自己，会增强他们免疫系统的活动力。一个简单的化妆动作就可以强化身体的免疫力，这个行业能维持这么久，正是因为化妆品能帮助别人，使别人和自己感到舒服。

但是怎么样的彩妆才是真正达到“美”的境界呢？

我的父亲是个绘画工作者，在早期电影背景板需要由人工手绘时，我就时常看他在画布上悠游自如的姿态，这里修一点、那边加一点，一个又一个美丽的脸孔于焉诞生，当时年纪还小的我忍不住会想，人的脸，是否也可以当成是一张画布般挥洒呢？

这个想法在后来的国际舞台上得到证实，因为仔细观察顶尖的彩妆师，大多不是学美容出身的，而是“美学”！因为人的脸也是一张张的风景，该怎么让这张风景有个协调性、有个重点，正是美学的视野所在！

因此我建议对彩妆有兴趣的读者，“技巧”是该着重的一部分，但是如果单纯只具备技巧的话，化出来的东西可能略嫌匠气，因此同时该培养的是对“美”的涵养及视野，因为这在比例及配色的协调上



可能掌握得更精准，如此一来，你化出来的妆失败率就会低很多。

今天我对彩妆如果有比别人掌握得更精准，大概可能归功于小时候父亲从游戏及绘画中培养我的美学涵养。这本书在筹备的过程中，不巧父亲骤逝，谨以此书献给我一生最尊敬的美学家——我的父亲。

Contents

Magic Make up



基础保养篇

8 全方位了解肌肤状况， 基础保养不松懈！

10 **Part 1** 彻底了解肤质才能正确护肤

16 **Part 2** 妆前保养三步骤

彩妆“工具”篇

20 工欲善其事 必先利其器

21 ★ 刷具挑选方式

22 ★ 彩妆必备刷具

24 ★ 彩妆常见工具

26 彩妆大师黄千玮彩妆讲座——工具篇



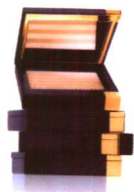
彩妆“产品”篇

28 认识彩妆品

28 8大类型彩妆分门别类介绍，让你成为选购专家

34 彩妆大师黄千玮彩妆讲座——产品篇





化妆技巧之生活妆篇

■ 底妆

36 零缺点底妆，全方位攻略！

40 拥有完美无瑕的妆容 底妆是关键

44 ★ 立体美人修饰法

45 ★ 素肌美人呈现法

46 彩妆大师黄千玮彩妆讲座——底妆篇



■ 唇妆

62 娇艳欲滴的嫩唇 诱人咬一口

64 ★ 水嫩立体丰唇秘诀

65 ★ 持久口红DIY

66 ★ 性感丰唇打造法

67 ★ 樱桃小嘴变化法

68 彩妆大师黄千玮彩妆讲座——唇妆篇



■ 眼妆

48 眉目传情~电眼无界限!!

52 ★ 教你如何画出完美比例的眉型

54 ★ 勾一下就很有神！眼线速成法

55 ★ 三段式翘睫&浓密轻巧的秘诀

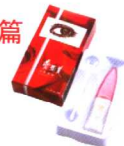
56 ★ 整型DIY 开运眼头法

57 ★ 一般眼影法

58 ★ 裸妆眼影法

59 ★ 电眼Plus！两段式眼影法

60 彩妆大师黄千玮彩妆讲座——眼妆篇



■ 颊妆

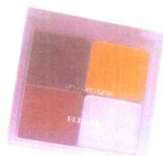
70 红润气色 有型轮廓

72 ★ 甜蜜蜜娃娃颊

73 ★ 最有型斜刷颊

74 彩妆大师黄千玮彩妆讲座——颊妆篇





■ 补妆、卸妆

76 美丽一整天，补妆有高招！

78 美丽不残留，卸妆要彻底！



化妆技巧之技巧妆篇

80 最抢眼六种特殊妆大解析

- 82 ★ 桃花不间断，一眼就爱上
- 85 ★ 男人看了都心疼的泪眼娃娃妆
- 86 ★ 开运喜洋洋 好运也能妆
- 87 ★ 三秒钟快速改妆 小道具立大功
- 88 ★ 时尚都会迷情 迷蒙烟熏妆



92 艺人彩妆造型大揭秘

- 93 快速改妆！
- 93 一物多用 活用产品才是真高手！
- 94 彩妆师后记





健康肌肤，干燥肌肤永不来～

全方位

了解肌肤状况，

Skin Care

Skin Care



了解皮肤
的基本构造



肌肤类型
的决定因素

健康

肌肤特征



肌肤特征

保养对策



妆前保养
1 2 3

skin care

基础保养篇

彩妆的目的无非是呈现更令人赏心悦目的好气色，
要达到这样的境界，
你一定要拥有健康的肤质！
肌肤的状况会因季节、年龄、
生活方式及个人习惯的不同
而有所改变，
选择保养品前，
一定要先了解自己的肌肤当时的
类型与状况，
才能收到事半功倍之效喔！

了解自己的肤质，轻松清洁、保养

基础保养不松懈！



Part 1

彻底了解肤质 才能正确护肤

光滑润泽的肌肤是每个人的梦想，

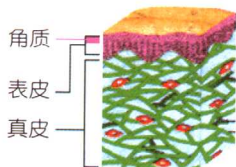
肤质天生虽令人称羨，但后天的保养与护肤才是胜负的关键。

了解自己的肤质及选择适合自己的保养品，加上持续不间断的执行才能事半功倍。

了解皮肤的构造

皮肤可以分为表皮、真皮、皮下组织三个部分

■皮肤的构造

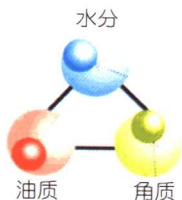


再加上由毛发、指甲、脂腺、汗腺等特别构造与机能的皮肤附属器官，后者总括起来称为皮肤的衍生物。表皮是新陈代谢十分旺盛的组织，表皮的新生细胞每天不断往上新陈代谢，由下往上分为基底层、棘状层、颗粒层、透明层、角质层五个部分。表皮的功能决定了肌肤是否健康美丽。真皮组织则是提供皮肤的营养及弹性。

正常的皮肤表皮代谢周期需要28天，肌肤保养不能只着眼于眼前的效果，如何持续下去才是重点，因此，每天的定期保养可别偷懒！

肌肤类型的决定因素

■肌肤构造决定因素



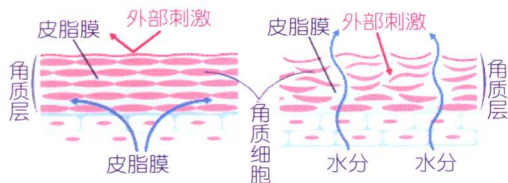
肌肤的纹理、润泽、透明感以及防护能力，大部分由角质层决定

肌肤的保养也是在追求健康的角质层，以维持皮肤的生理功能、防御外来的侵害。

皮肤的角质表面，含有着一层微酸性的天然皮脂膜。它主要是由皮脂腺与汗腺的分泌物所组成。其作用为滋润皮肤、减少水分散失、以及抵抗外界有害物质的伤害与侵入。皮肤的类型就是取决于角质层和皮脂膜健全与否，也就是皮脂腺分泌与表皮角质层保湿之间的平衡。油性皮肤代表油脂分泌过多，而干性皮肤则是油脂分泌不足，使水分散失。

Skin Care Skin Care

■肌肤正常状态 ■保护膜不足状态

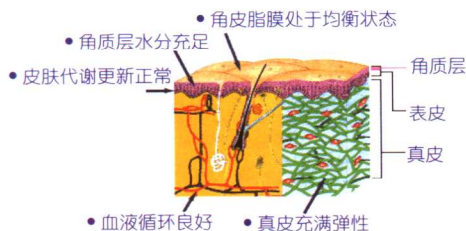


角质、水分、油脂构成了肌肤的保护膜。健康的皮肤，角质、水分、油分处于绝佳的平衡状态，可以维持皮肤的滋润，抵抗外来的刺激。反之，角质层的皮脂膜一旦遭到破坏，皮肤将无法维持正常的生理机能。

健康肌肤特征

皮肤三部位，健康六特征

■皮肤构造图



1. 皮肤细致，代谢旺盛。
2. 有适量的皮脂及汗水的分泌，皮肤光滑有光泽。
3. 含有适量的水分与皮下脂肪，透明度高且富有弹力。
4. 无色素的异常沉着。
5. 末梢血管、神经的感受性正常。
6. 真皮组织充满支撑弹性。

我属于哪种肤质？

■肌肤检测



想要正确的护肤，必须从了解自己的肤质开始，进而选择适合自己的保养方式

肌肤检测的方式，现在已经可以利用肌肤测试仪器，将肌肤的含水量、油质、皱纹、肌理、色素做科学化的分析。除了靠机器检测之外，看皮肤油脂的分泌量也可简单区别自己的肤质。

在清晨正常洗完脸后3小时，用一张吸油面纸按在脸部肌肤上，如果纸巾大部分的区域充满了脸部的油渍，那么就是油性肌肤。如果脸部经过面纸的按压都没有油渍，就是属于干性肌肤。如果纸巾上油渍出现的部位只有额头、鼻翼部位的话，那么可能是属于混合性肌肤。

■皮肤各部位皮脂量



1 2 3 4
皮脂量（指数）

但事实上肤质并不像理想中单纯，脸部皮肤各处的油脂分泌并不一致，一个人的脸上也可能同时存在3~4种肌肤类型。一般人最常见的肤质，反而是复合性肌肤——即前额、鼻子、下巴（T型区域）可能过油；而眼眶或双颊比较干燥。脸部的不同肤质区域，也组合出中性偏干、中性偏油、干油混合等复杂的肌肤类型。针对脸部不同区域的不同肤质给予正确的保养，才能有效处理肌肤问题！



肌肤特征

VS. 保养对策

大致上肌肤的类型可分为
油性／中性／干性／混合性／敏感性

肌肤往往受许多内在与外在因素影响，如饮食、睡眠、情绪、环境、年龄、气候、体质、内分泌、清洁等。在使用保养品之前必须先了解自己的肌肤特性及症状，再选择适合的保养品，才能达到预期的效果。现代人的皮肤问题，常常是因为肌肤保养的方法错误，对肌肤了解不够彻底所导致。

中性肌肤

油脂与汗分泌正常、肌肤娇嫩、细腻有弹性

中性肌肤是最理想的皮肤状态。不油、不干，油脂与汗分泌正常、肌肤娇嫩、细腻有弹性，抵抗力强，不易产生皮肤变化。

特征

- 肌肤组织紧密、纹理细致，不干裂、不黏腻。
- 拥有自然的光泽及红润感，属健康的肌肤。
- 抵抗力强，不易产生皮肤变化。

保养对策：

1. 应持续正确地保养，白天注意防晒，定期清除老化角质。
2. 肤质易随着季节而产生变化，春夏偏油性，秋冬偏干性。必须细心观察肤质的变化，采取适当的保养措施。
3. 基础保养，清洁皮肤以保持肤质的安定性，并维持肌肤水分、油分平衡。
4. 注意平时之饮食、生活习惯、保持愉快之心情，预防皱纹提早出现。

加强
保养 +

防 晒 → 防晒乳
肌肤活化 → 维生素C、果酸

油性肌肤

肌肤表面粗糙、油腻，皮脂腺机能分泌过于旺盛

油性肌肤就是随时随地脸上总是油油的、亮亮的。顽固的粉刺、毛孔粗大、T字部位油腻、容易脱妆，这些都是油性肌肤的特征。

特征

- 肤质厚硬，纹理粗、毛孔粗大，无透明感。
- 毛孔易阻塞形成粉刺、青春痘、面疱等病变。
- 容易上妆，也很容易脱妆。

保养对策：

1. 较易受生活习惯、生理因素所影响。压力大，食物摄取不正确，睡眠不足、熬夜、心情不稳或是女性经期前后，都会造成皮脂腺分泌失调。
2. 着重于肌肤的清洁，最好使用洗面皂洗脸，每天清洗2~3次；选用保养品时，要选择水溶性高的保养品，尽量补充皮肤水分，不要使用油脂太多的乳液类面霜，否则会造成毛囊阻塞。
3. 清洁之外，还必须缓和皮脂腺分泌，调理平衡皮肤酸碱值。定期做去角质及敷面的工作，同时收敛毛孔也很重要，不仅清除油脂，还必须抑制油脂。

加强
保养 +

清 洁 → 洗面乳、深层面膜
去角质 → 果酸、水杨酸、磨砂膏
收 敛 → 控油产品、收敛水、吸油面纸

肌肤表面油脂、水分分泌不足，干燥失去柔软性

特征

- 皮肤较薄、色泽暗淡、缺乏光泽度。洗脸后肌肤易感到紧绷、刺痛。
- 肌肤呈干性、易敏感发炎、紧绷缺乏弹性，易老化产生细纹及黑斑。
- 角质触感粗糙、干涩。容易长鳞屑、脱皮，上妆时容易浮粉。

保养对策：

1. 避免过度清洁，着重肌肤保养，加强滋润与水分之补充。
2. 选择含有滋润及营养性的保养品，补充肌肤油分。
3. 适度按摩或敷脸护理，以增加肌肤的活力，促进新陈代谢，避免老化。
4. 避免紫外线照射，加强防护美白，白天外出一定需要防晒，以避免黑斑及细纹产生。

保湿滋润 → 营养霜、美容液

+ 防 皱 → 维生素A酸、左旋维生素C、
+ 果酸、天然细胞修复素

防晒去斑 → 防晒品、美白剂

加强
保养 +



☆ Skin Care
Skin Care Skin Care

混合性肌肤

肌肤表面同时存在容易出油又容易干燥的部位

混合性肌肤融合了油性与干性皮肤的特质，在皮肤上的某些部位是油性的肤质，而某些部位却是干性的皮肤。混合性肌肤，T字部位总是泛着油光，两颊却因为缺水，导致干涩、紧绷。

特征

- 由于环境及生理因素，而导致皮脂分泌不平衡，混合两种以上的肤质在同一张脸上。属于不稳定的肤质，是现代入常有的肌肤类型。
- T字部位毛孔明显、皮脂分泌旺，易长粉刺、面疱、青春痘。
- 脸颊、嘴唇及眼睛四周，油脂水分缺乏，因干燥产生细纹。

保养对策：

1. 依皮肤部位特性不同，采取不同的护理方式。特别注意季节的转变、早晚温差的变化，春夏季容易油腻，须保持皮肤清爽及收敛毛细孔；秋冬季节则多加滋润、保湿。
2. 随时检查肌肤变化，分区使用适合的保养品，调理油脂、水分的平衡。
3. 生活习惯规律化、注意饮食、睡眠、情绪等，克服影响肌肤的内外在因素。

加强 保养 +

清爽保养 → 全脸使用“油性肌肤”的清爽保养方式，两颊干燥处再加强滋润

滋润保养 → 全脸使用“干性肌肤”的滋润保养方式，避开油性部位

敏感性肌肤

肤质较薄，常会发红、出疹、发痒，毛细血管显而易见

敏感性肌肤对外来的刺激较敏感，皮肤表皮薄、毛细血管明显、缺乏光泽且脸颊易充血红肿，容易因季节变化、冷风、食物、紫外线、合成纤维、香味、色素等外在环境或物质的影响，使得皮肤呈现不稳定的状态。

特征

- 不属于特定肌肤型，肌肤较敏感脆弱，与先天体质有密切的关系。
- 肌肤缺乏光泽，脸颊易充血通红、毛细血管清晰浮现。
- 表皮薄弱，稍受刺激即易引起湿疹、敏感、红肿、刺痒等情形发生。

保养对策：

1. 针对敏感原因加以预防。避免任何有刺激性、过于油腻、香味较高的保养品。
2. 尝试新保养化妆品时，先搽在手臂内侧，做过敏反应测试。
3. 对环境温度、湿度、季节变化，须做适当的防护，避免紫外线之照射。
4. 饮食中少用调味料，避免刺激性食物。

加强 保养 +

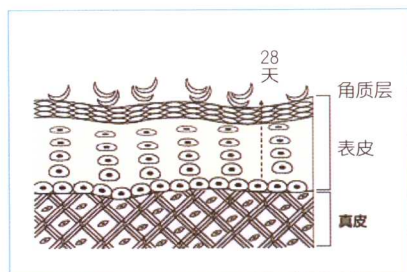
保湿滋润 → 营养霜、美容液

代谢调整 → 左旋维生素C、果酸

防晒 → 防晒品

完美肌肤类型 百分之百呈现

■角质层代谢周期图



肌肤类型并非一成不变，会受环境、气候、年龄、饮食、药物因素影响，在不同时候可以呈现不同肤质。这种状况主要是由于角质生理与皮脂膜代谢的改变。原本油性的肤质，使用剥离药剂去除角质后，则可能出现变干脱屑的现象，转为偏干的肤质。

角质层在皮肤的最外层。它是由不断增生的基底细胞层逐渐变化产生，是皮肤防护的重要屏障。表皮的代谢周期约为28天，皮肤代谢更新是否正常，影响了角质层的组成结构，也会决定皮脂膜的油脂水分含量。如果以人为方式刻意剥除角质层，可以调整表皮代谢更新的速度，进而改变肤质。

现今流行的果酸、维生素A酸有去除角质的作用、维生素C则可以促进皮肤代谢，两者都可以有效调整肌肤。但是使用时必须注意，避免产生刺激过敏，并依照肌肤反应来调整用法。

☆ Skin Care
Skin Care Skin Care



Part 2

Skin Care

妆前保养三步骤

现在彩妆的趋势强调自然裸妆，而真正化得好的妆，往往让人以为皮肤原本就这么漂亮，在运用各种彩妆技巧之前，最重要的还是做好妆前的基本保养。化妆前的保养如果做得好，不但可以让妆效更服贴，不易脱妆，一些会在化妆时被突显出来的肌肤干燥、脱皮等问题，也可一次解决。

平常的基本保养做得好，妆前的保养就完成了百分之七八十，陈奕安医师在这里提出smart1、2、3动态性保养的概念，建议消费者可以将保养分成基本的保养及深层保养。



岱新医学美容集团皮肤科
陈奕安 医师

Smart 1. [清洁调理]



卸妆、洗脸、化妆水等产品

请以冷水洗脸，避免热水过度洗净皮肤的皮脂，而造成肌肤干燥，上妆不易。没有化妆的状态下，请不要做卸妆的动作，除非脸上搽了防水性的防晒产品。卸妆过度会伤害皮肤正常的皮脂膜，造成肌肤干燥不吃妆。

Smart 2. [保湿修护]



精华液、乳液、面霜、晚霜等产品

对肌肤干燥不吃妆的人，建议要特别加强这个部分的保养，可以在干燥脱屑的部分使用加强保湿的乳液或面霜，并在化妆前，全脸使用保湿的精华液（如玻尿酸，胶原蛋白精华液等）。如果属于混合性肤质，请在容易脱皮干燥的部位擦保湿乳液或乳霜，在容易出油的位置使用控油产品。皮肤的状况是动态性的，所以不要一成不变地使用保养品，要随着肌肤的各种状况调整产品的使用。

Smart 3. [防晒隔离]



隔离霜、防晒乳等产品

建议选择具有足够SPF系数，也有抗UVA系数的防晒产品（以PPD或者PA标示）。市面上有一些妆前隔离霜，通常功能在于修饰肤色及让肌肤更平滑，更容易上妆，防晒系数大多没有或偏低，建议还是要在之前搽上防晒产品，才能真正提供隔离紫外线伤害的功能。事实上，并没有产品真地具有隔离彩妆和脏空气的功能。有些肤色的防晒乳也可以代替隔离霜修饰肤色。