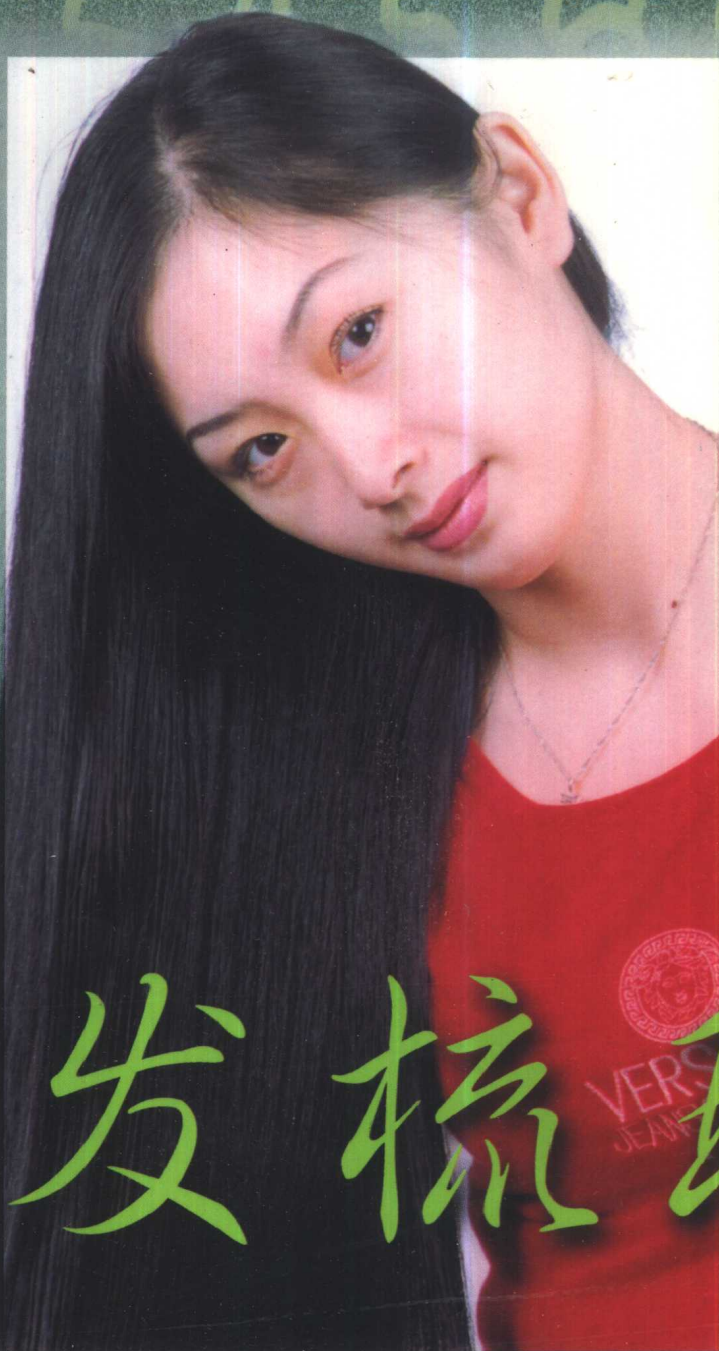




陈显成 李文忠 编著 福建科学技术出版社



# 秀发梳理

10 分 钟 靓 丽 丛 书

# 秀发梳理

陈显成 李文忠 编著

福建科学技术出版社

(闽)新登字 03 号

版式设计 施珍贵  
池民海

10 分钟靓丽丛书

**秀发梳理**

陈显成 李文忠 编著

\*

福建科学技术出版社出版、发行

(福州市东水路 76 号)

各地新华书店经销

福建省科发电脑排版服务公司排版

福建彩色印刷有限公司印刷

开本 787×1092 毫米 1/20 4 印张 图文 80 码

1999 年 7 月第 1 版

1999 年 7 月第 1 次印刷

印数:1—10 000

ISBN 7-5335-1503-X/TS·122

定价:18.00 元

书中如有印装质量问题,可直接向承印厂调换

# 轻松变“发”

## 自我增“美”

·陈显成 李文忠·



**头**发是人整体美的重要组成部分,发式造型起着锦上添花的作用。发型可决定一个人的形象,亦会体现一个人的个性,更能表现一个人的修养。一个美观、得体、适合的发型,令人魅力无尽、受瞩目无穷。

发式造型的基础是头发,一头乌黑、亮泽的头发极具健康、自然之美,同时也为您的发式造型之美的创造奠定了良好的基础。如果头发干枯、易脆、断折等,都会给您的秀发之美带来麻烦。

爱美的您也许为自己一头糟糕的头发不知如何梳理而烦恼,或为没有大量的时间和精力长期求助美发沙龙而发愁。其实,在自己的家中,掌握一些基本的美发知识,了解头发的生长特性和规律,学习一些简单易行的头发护理方法,同样能使您的头发永远保持健康和亮泽。您只要耐心花费一点时间,学习设计一些既漂亮又简单的实用发型,再加以一些美发用品的辅助运用,自己动手一样能使您的头发靓丽起来。您自己的杰作定能表达您对美的释义和追求,更能体现您的个性和自信!



1999年6月



## 目 录

- 4 了解您的头发
  - 5 头发的结构
  - 6 头发的形状和粗细
  - 7 头发的生长规律
  - 8 发质的识别
    - 8 中性发质
    - 8 油性发质
    - 9 干性发质
    - 9 受损发质
- 10 选好您的美发用品
  - 11 器具系列
  - 12 洗发系列
  - 14 护发系列
    - 14 护发素
    - 14 焗油膏
    - 14 合成护发用品
  - 15 定型系列
    - 15 发胶
    - 15 啫喱
    - 15 摩丝

|    |            |
|----|------------|
| 16 | 护理好您的秀发    |
| 17 | 头发的梳理      |
| 18 | 洗发的方法      |
| 20 | 头发的日常护理    |
| 20 | 护发素的使用     |
| 20 | 发油或发雕的使用   |
| 20 | 用焗油膏进行焗油   |
| 21 | 电吹风的妙用     |
| 22 | 影响头发健康的因素  |
| 23 | 头发常见病的特殊护理 |
| 23 | 头皮屑        |
| 23 | 头发分叉       |
| 24 | 脱发         |
| 24 | 早白         |
| 24 | 斑秃         |
| 25 | 美发药粥的功效    |
| 26 | 学习设计您的发型   |
| 27 | 发型与脸型的关系   |
| 28 | 发型与身材的关系   |
| 29 | 头发色彩的表现    |
| 30 | 发型设计实例     |

## 目 录





## 了解您的头发

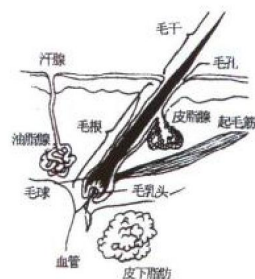
**头**发属于我们身体的一部分,它处在我们形象的最前沿,在我们的生活中占着一席不容忽视的地位。它的完善,是许多人的追求。

要达到头发的整体和谐美,除要考虑头发的先天因素外,更有必要了解一些头发自身的生长规律、结构形状和特性等,以便采取有效的头发护理措施,使自己的头发永远健康。

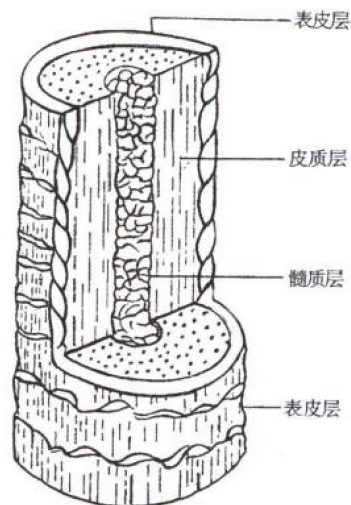
## 头发的

头发是一种从头皮里生长出来的纤维组织,是由细胞形成的硬角质。它由发根及发杆两部分组成,其组成、特点及功能见下表。

| 名称 | 组成  | 特点及功能                                                         |
|----|-----|---------------------------------------------------------------|
| 发根 | 毛乳头 | 它是一团毛细血管的真皮组织,为生长中的头发提供营养和氧气。毛乳头如果被破坏或者退化,头发就停止生长并逐渐脱落        |
|    | 毛球  | 毛球是头发的始发端,是毛乳头上的分裂细胞结。毛球上半部分的色素细胞决定了头发的颜色                     |
| 发杆 | 表皮层 | 表皮层保护着头发,由鱼鳞般互叠的半透明细胞组成                                       |
|    | 皮质层 | 含有纤维蛋白质,控制着头发的水分,由长而平行的细胞纵向排列而成,它是头发最重要的部分,决定了头发的韧性、弹性、柔软性和强度 |
|    | 髓质层 | 由透明多角形的角化细胞组成,是头发的中心部分,在它的中间有色素存在                             |



头发的结构图



发杆的剖面图

### 形状和粗细



由于头发的纤维不同和人种的不同，头发从外表看表现出多种不同的形状和颜色。由于多种复杂因素，头发的形状与发质密度、分布的形式、颜色、空气含量以及头发表面的平滑和粗糙均有着密切的关系。

从人种看，白种人长波形发(形似波浪起伏，纤维细软，断面呈卵形)；黑种人长卷发(弯曲丛生，软如羊毛，断面呈凹形)；黄种人长直发(形状平直，少数有弯曲，断面呈圆形)。

头发的粗细因人而异，它与生长的环境、年龄、性别以及健康状况等因素有关。即使是生长在同一块头皮上，也有所不同，一般是发根处较粗，生长在顶部的头发比生长在后脑部分要细些。

头发的粗细是以头发直径的大小来衡定的。一般可分为粗发(直径大于 90 微米)、一般发(直径在 60~90 微米)、细发(直径在 60 微米以下)。



## 头发的生



头发的生长方向、生长周期、生长速度都有一定的规律。

头发的生长方向呈伞状。一般头顶部分由发涡位置决定发势,两侧和枕骨下部分从上向下生长。

头发的生长过程有着周期性,生长期和静止期循环交替进行。头发的生长期约 2~4 年,静止期约 3~4 个月。生长期过后,头发就会有自然脱落的现象。这时候毛球细胞停止增生,发生萎缩,向表皮推移,与毛乳头分离。毛乳头也逐渐退化和消失,头发脱落。同时细胞再进行繁殖,形成新的毛球和毛根,长出新的头发。

头发在生长初期速度最快,然后逐渐减慢。生长初期,头发每月大约长 10~20 毫米;当长到 30 毫米左右时,生长速度减慢,只有初期生长速度的一半;然后生长速度越来越慢。而且头发的生长速度亦会受健康及食物和其他方面的影响。一般来说,头发夜间比白天长得快,春季比秋、冬季长得快,青年人比老年人长得快,女性比男性长得快。

头发在生长过程中经常会断掉、脱落,自然脱发平均每日正常情况大概是 50~100 根。由于人种的不同,头发的总数量也有所不同,一般白种人约 14 万根,黑种人约 10 万根,黄种人约 11 万根。

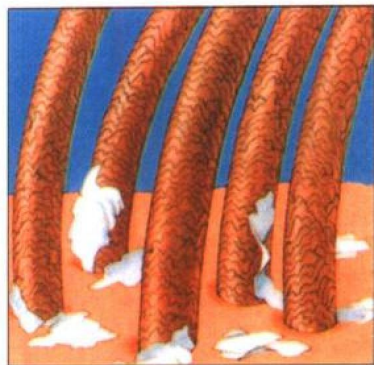


### 识别

与毛囊一同深入的皮脂腺,主要作用是分泌油脂、滋润头发,其分泌的多少决定了头发的属性。

#### 中性发质

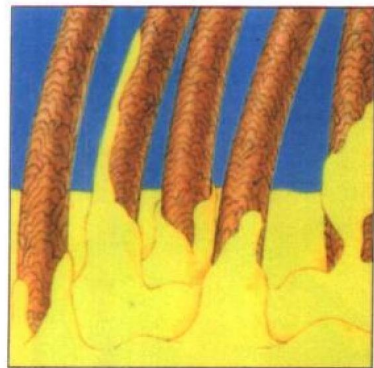
这是最完美的发质,具体表现为柔滑光亮,整好头发后不容易变形。这种头发既不油腻,也不干枯,丰润乌黑,日常只要做一般保养,头发便能保持最佳状态。



中性发质

#### 油性发质

油性发质在视觉上、触觉上都感到很油腻,洗后不久又生油腻。因油脂分泌太多,常有多余的角质从皮层上脱落,形成很多头皮屑。改善方法是多洗头,多让头皮接触空气,以减少油脂。应多吃新鲜蔬菜和富含维生素的食物,如苹果、海藻类等。



油性发质



可用柠檬掺水护发,因为柠檬能平衡过分分泌的皮脂,使得无生气的头发重现活力、弹性。护发程序与使用护发素相同。

## 干性发质

具体表现为洗发后不久光泽就会消失，触摸时没有柔滑感，只有粗糙感，整好头发后极易变形，它最大的缺点是缺乏油脂和水分。洗发时要选用干性发质专用的洗发用品和护发用品，而改善它的最好方法是早晚按摩，以促进头发的新陈代谢。也可以定期做焗油，使头发得到保养。

## 受损发质

触摸时有粗糙感，梳理时容易折断，发尾开叉，表面没有光泽，呈枯黄色。这主要是由外在因素引起，如烫发、染发等，受损发质的情况比较特殊，要经常做头发护理。



干性及受损发质



可用牛奶掺水护发，最好是再加些鸡蛋、屑，让头发的角质得到一定的营养，增加头发的醋。这样可使头发光洁、滑润，同时可去掉干头 韧性与爽滑性。护发程序与使用护发素相同。

## 选好您的美发用品

**在**家中自己护理头发，或自己梳理一些做法简便又适用的发型，用品、工具的帮助是绝对少不了的。我们不需要像美发沙龙专业师傅那样设备齐全、全套武装，但有的用品是必不可少的。下面向您介绍居家必备的美发系列用品。





### 电吹风(吹风机)

一般家庭用小功率即可(1600 瓦以下),用来吹干湿发、固定头发造型。

### 喷水壶

用于头发需要造型时把干发喷到所需要的湿度。

### 电热波浪钳

用于制作局部的头发动感线条(弯曲度)。

### 大梳(疏齿梳)

梳理头发的大方向,很容易把头发梳松。

### 发型梳(排骨刷)

用于刷通头发和吹理头发。

### 圆梳(圆滚刷)

专用于卷发吹风时,通过旋转增加头发的动感。

### 钢丝梳(钢丝刷)

用于梳理头发和梳顺发型,特别适用于大波浪发型。

### 发夹、发套、橡皮筋

用于固定头发及装饰。

### 大发卷

用于制作头发动感(弯曲度)。



### 系列

洗发用品主要起到清洗头发、去除污垢的作用,亦具有防护、去屑的作用。某些特殊配方的用品(如药用洗发精)含有药剂,可以清除头屑,以保持头发清洁、光亮。洗发用品种类繁多,从大的类型上区分,一般有以下几种。

#### 普通洗发精

色泽通常是清澈透明的,包含一些普通的液体肥皂。一般酸碱 pH 在 7~8 之间,略带碱性,很少含有羊毛脂和其他令头发有光泽的成分。

使用时可加酸性的护发素,以消除遗留在头发上的碱性反应物。



#### 皂型洗发精

以肥皂为基本原料,其特点是去污力强,水溶解呈碱性。使用此种洗发精后,必须用水彻底冲净,以免损坏头发。

## 一般合成洗发精

以脂肪醇硫酸钠等为主要原料合成的洗发剂,泡沫比较丰富,溶液呈中性,不刺激头皮,不损伤头发,并兼带一些护发素配方功能,一般洗后头发都有光泽,是一种比较理想的洗发剂。现在市面上大多出售的都是此类产品。

## 药性洗发精

这是一种合成洗发剂,是由普通洗发精加上一些杀菌剂等合制而成,它对头皮屑、损伤性头发有很好的疗效。但要注意,必须在医生或专业人士指导下使用,更不能把它用在染过发的头发上,以免损伤头发,起到相反的作用。



洗发用品在选用时首先要了解它的成分和功效,一般选用中性或弱碱性的洗发剂较为理想。这种洗发剂有适度的洗净性,而又不刺激头皮和头发。但洗发剂最根本选用法则是根据人的头发条件而定,油性发质的可选用弱碱性洗发剂,干性发质的可选用中性或偏酸性的洗发剂,一般市面上出售的洗发剂都附有较详细的说明。

为了维持头发和头皮的清洁、健康,除了选用合适的洗发水清洁头发外,我们还要用一些护发用品来保护头发,使之经常保持光泽、柔顺。

护发用品的基本成分有蛋白质、水、油脂和天然营养物等,它起着保护头发的作用。

选择护发用品也要根据头发的性质。干性发质可选用酸性护发品;中性发质可选用普通护发品;油性发质可选用水分多的护发品。护发素要与洗发水相配,pH 呈中性的护发品适合各种发质使用。

护发用品种类也比较多,日常生活中常用的有以下几个种类。

### 护发素

这是一种普通适用的强化液,它的酸碱 pH 在 4~5 之间。使用后,在头发表面形成一层保护膜,保护头发和头皮,使头发得到必要的水分和油脂,益于头发的生长。

### 焗油膏

内含高蛋白质等多种营养调理剂、油脂剂、保湿剂,能使丰富的成分透入发杆中,增加和补充蛋白质及水分,对烫过、染过的头发更为有效,它是目前比较理想的护发用品。

### 合成护发用品

融洗发水和护发素于一体,性质温和,功效显著,去头屑、洗发、护发同时进行。一般有两种配方,一种适用于中性至干性发质;另一种适用于中性至油性发质。现在市面上销售的基本都是此类型产品。

