

# 瑞丽伊人美发

BOOK

[日]主妇之友社 供稿  
北京《瑞丽》杂志社 编译

最时尚的发型制作方法  
美丽发色的变换技巧

发型师提供的  
前沿发廊美发知识

最实用美发护发指导

剪发 烫发 饰发 护发

掌握简单的美发护发技巧

Enjoy Hairstyling

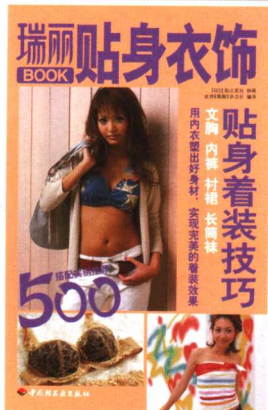
中国轻工业出版社

HAPPY MAKE  
伊人系列  
把幸福藏在发间





# 瑞丽 BOOK



### 本书特别鸣谢

摄影/铃木希代江、藤古胜志、古谷利幸、林秀惠、KOZAI、土肥裕司、前川纯一、户泽伸次、大久保义高、村山元一、福田国显、深谷义宣、广江雅美、山川勉、深谷义宣、内山功史、高桥进、原口二郎、黑泽俊宏、兼重政德、富山AkARI、林久光、沈瀚澈

模特/重泉充香、葛冈碧、岛村麻美、佐野明日香、稻井志保美、铃木千春、谷口美保子、京野惠、高桥美纪、筱田AKIE、铃木聪美、神户蓝子、三桥彩、加藤千绘里、藤田望花、龟井京子、横山绫、加藤望美、谷口美保子、宫村英梨子、樱井绫子、盐津宏美、岗安未里、朋部璃青、池田直子、外间由起子、佐藤杏子、伊藤珠希、濑户千春、今井里佳、滨野江真、真田树里、永尾美和子、三好沙耶、高木绫美、野口美华、藤居真理子、今井丽香、山冈由依、斋藤香澄、木村明美、太田直子、东加奈子、杉本优香、铃木若菜、笠仓真奈、本田良美、佐藤亚希、相川智华、堀江美希、龟井京子、山崎直、冈本留理子、星野加奈、林纱也子、笹井美香、长谷川信子、山本里沙、服部麻里、加藤彩子

封面摄影/山川勉 封面模特/SONOMI

摄影/曹鹰、袁峰 模特/姜玉、杨福雨、程峥、陈娇娇、陈冬梅、钱爽

漫画/陈琳、金澜、杨姝、赵毅茹 部分品牌提供/威娜、屈臣氏东方广场店、安利、欧莱雅

# 瑞丽伊人美发

BOOK

●[日]主妇之友社 供稿  
●北京《瑞丽》杂志社 编译

 中国轻工业出版社

# 伊人美发

## 图书在版编目(CIP)数据

伊人美发/日本主妇之友社供稿;北京《瑞丽》杂志社编译. —北京:中国轻工业出版社, 2006.4

(瑞丽BOOK)

ISBN 7-5019-4558-6

I.伊... II.①日...②北... III.女性—理发—基本知识 IV.TS974.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第090600号

责任编辑:潘咏

责任终审:罗佳

封面设计:袁鸿雁

版式设计:袁鸿雁

责任监印:张冬洁

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:2006年4月第1版第3次印刷

开本:636×965 1/16 印张:10

字数:210千字

书号:ISBN 7-5019-4558-6/TS·2685

定价:28元

著作权合同登记 图字:01-2004-5032

读者服务部邮购热线电话:010-65241695 85111729

传真:010-85111730

发行电话:010-85119845 65128898 传真:85113293

网址:<http://www.chlip.com.cn>

E-mail: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

60341S3C103ZYW

Part 1  
适合自己的发型

Perfection  
Face  
8 发型与脸型

Perfection  
Hair  
13 发型与发质特征



发型与体型 14

Perfection Hair Style



Part2

## 发型推荐

# Perfection Cut 剪发 **20**

21 基本剪发手法

23 发廊基本工具

24 听听发型师怎么说

25 发型推荐 短发

32 发型推荐 中发

38 发型推荐 长发

42 卷发的修剪

# Perfection 烫发 Permanent **46**

47 基本卷烫手法

48 不同烫发卷的种类

49 不同烫发水的识别

50 听听发型师怎么说

52 发型推荐 短发

57 发型推荐 中发

62 发型推荐 长发



# 68 染发 Perfection Hair Dyeing

69 染发原理

70 专业染发

71 听听发型师怎么说

72 普通染发

86 重叠染发

90 利用色彩变化制造长发效果

91 家庭自助染发

# Perfection **92** Diy 新发型制作&自做

93 听听发型师怎么说

94 新鲜的接发制作方法

98 完美发型自己做



## Part3

## 护发

# Perfection Cleaning

洗发 **122**

- 123 正确的洗发方法
- 124 根据发质挑选洗发水
- 126 洗发产品挑选关键词

# Perfection Care

日常护理 **129**

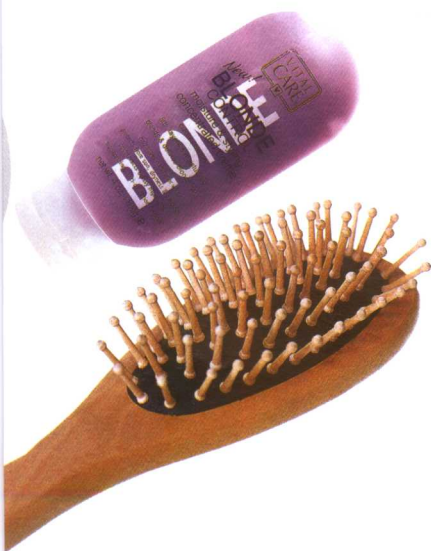
- 130 护发素挑选关键词
- 134 梳子挑选关键词
- 136 吹风机挑选关键词
- 138 怎样让头发快速生长



# Perfection **142** special care

受损头发的护理

- 143 头发受损的征兆
- 144 头发受损的原因
- 146 局油膏挑选关键词
- 148 受损头发的其他护理方法
- 150 专业护发
- 154 生理原因导致的头发烦恼
- 158 Q&A



瑞丽  
BOOK  
Contents  
伊人美发

# 伊美发

## Part 1

你的脸型是什么样的？

你的体型是什么样的？

寻找适合你的发型，  
必须先了解自己的脸型和体型，  
如果选择了适合脸型和体型的发型，  
不仅可以事半功倍地扮靓自己，  
还能掩饰一些自身的缺憾。





Part1 ▶

适合自己的发型

# 伊人美发

# 发型与脸型

根据自己的脸型找到合适的发型塑造时尚感觉

1

Lesson

## Perfection Face



### 发型的风格与脸型的关系最密切

**1 圆脸** 短刘海儿会使圆脸更加突出，所以圆脸的人应该尽量把刘海儿留得长一点，这样可以起到遮盖的作用。尽量强调纵长效果，遮盖圆脸的不足。不要让头发完全遮住额部肌肤，若隐若现的额部肌肤能够形成脸部纵长的错觉。从头顶深处开始的发缝，有拉长脸部轮廓的效果，所以非常适合圆脸型。但是，斜分的刘海儿如果过度卷曲，就会使圆脸显得突出，这一点要特别注意。



**2 长脸** 长脸的人最适合自然派的刘海儿。但是如果发缝分得很深很清晰，会使脸看上去很长，所以模糊的发缝是最佳的选择。增加侧发的发量，缓和纵长的脸部轮廓。为了掩盖长脸，刘海儿要尽量留得长一些。分刘海儿的时候不要太靠后，长刘海儿能够遮住长脸的缺陷。刘海儿卷曲度大一些也能够使脸部轮廓显得圆润。



**3 倒三角形脸** 由于颌骨不突出，所以刘海最好留得长一些多一些，遮住比较突出的太阳穴部位。如果刘海儿的面积太宽，会使下颌显得更尖，所以刘海儿的横向宽度要窄一些。下颌附近的发丝有动感，就会分散对于下颌的注意力。利用刘海儿的走势造出圆润的感觉，以此缓和尖尖的下颌。刘海儿的适度卷曲也能使脸部显得柔和。

**4 不规则形脸** 不规则形脸包括颧骨比较突出、左右不对称或下颌骨突出等。蓬松的刘海儿，能够拉长脸部的轮廓。如果再以侧发遮住宽宽的腮部，就更加完美了。腮部附近的头发千万不能向外翘。直直的刘海儿和自然垂到腮部的发丝，会使脸部看上去小一点。刘海儿部分多剪出一些层次，并使之与侧发完全融合。只要将别人的注意力从腮部转移，就能够隐藏过于突出的腮部了。





### 圆脸发型制作关键

从头顶开始做出的刘海儿成功修正了过于圆润的脸形。侧发自然悬垂在脸颊上，隐藏了圆乎乎的脸部曲线，两侧的头发随意地梳理，使发型具有立体感和轻盈感。





### 长脸型制作关键

将刘海儿全部向两侧梳拢反而使脸显得更长，应该自然地减少脸部的暴露度，这是长脸型不可忽视的原则；采用内卷、外卷交替烫发，让颧骨两侧的头发自然弯曲，形成蓬松的波浪感，又可以修饰过窄的面颊。



倒三角  
形脸



BEFORE



SIDE

### 倒三角形脸型制作关键

将头发弯卷起来，奇妙的动感就会自然显现。两侧的卷发缓和了尖尖的下颌，适度卷曲、活泼的刘海儿使脸部显得更加柔和。

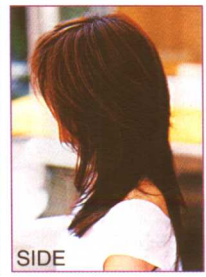


1  
不规则  
形脸



**不规则形脸发型制作关键**

柔美的长发将视线从脸部引开，对突出的颧骨或颌骨起到了很好的修饰作用。比耳朵高一点的头发做成外卷，以下为内卷，立刻呈现成熟感。重点是：顶部做得稍高些，制造纵向长线条。





## 2

## LESSON

## 发型与发质特征

在了解自身发质的基础上选择发型，是打造完美发型的基本条件

## Perfection Hair

首先我们来区分一下天生直发与天生卷发。最简单的方法就是不考虑发型，而以自己的发缝为中心，用吹风机吹散头发，停止吹风后，头发垂下来的角度如果是发梢整体垂直向下，从侧面看呈美丽的直线，你属于天生直发类型。反之，从侧面看呈曲线状态，一部分发束的发梢垂直向下，你则属于天生卷发类型。在硬度上只分为硬发和软发。而软发又分为散乱软发和猫发，它们的共同特点是不光滑、无光泽、发丝较细；区别是，散乱软发在被雨淋过后会变得蓬松、凌乱，而猫发会变得紧贴头皮。

认清自己的发质特征才能在选对发型的同时采取有针对性的护理。

## A

## 干性参差硬发

特征 · 不易打理出有造型感的发型

- 整体蓬乱，毫无滋润感
- 无法梳顺，乱而黏腻



## B

## 干性散乱软发

特征 · 头发较细，内部缺少水分，容易干燥

- 被雨浇过后，头发很容易蓬乱，不方便打理
- 发质过软，无型且缺少光泽



## C

## 油性发质

特征 · 每日洗发却总是感觉头发油腻不干净

- 发根部油脂较多，顶发易贴头皮
- 油脂分泌令卷发和染发的效果欠佳

## D

## 易脱发质

特征 · 由于头皮细胞不健康，或头发生长环境不好造成脱发

- 由于生产哺乳等原因导致脱发
- 不规律的生活习惯和生活压力会令发质变得松散
- 定型剂和吹烫头发影响发质



## E

## 猫发

特征 · 干涩、枯黄的质感，就算是吹风，造型也无立体感

- 发丝较细且发梢分叉
- 不论怎样定型，潮湿的天气里头发还是会紧贴头皮



## Perfection Hair Style

发型推荐之

1

## 适合长颈身材

美化不规则形脸要点：  
耳际呈现蓬松感

加长刘海儿的长度，修饰宽大的脸颊，使脸显得细长。发梢的动感及耳际的蓬松感，使发型向后伸展，自然地遮掩了有锐角的下颌。

颈部比较长的女性，特别应该注意颈部头发的处理，比较大的C形卷可以起到转移注意力的作用。整体处理应轻快明朗，即使是中长发，在颈部做出蓬松的感觉也能有相同的效果。



发型推荐之

2

## 适合娇小身材

倒三角形脸要点：用动感发式改善表情

倒三角形脸使人看上去显得忧郁，将脸颊和头顶烫卷的短发做出有层次的动感处理，有层次的发型更有小脸效果。

娇小的身材不适合长发或感觉沉重的发型，体现出轻快感觉才能保证整体的轻盈。飞扬的发梢和分明的层次能够避免头部的沉重，身高看起来也似乎增加了呢！



### 3 发型推荐 适合矮胖颈短体型

将下颌处的头发向两侧翻翘  
掩饰下颌的尖锐感

遮住额头是塑造小脸发型的第一大要点。将脖颈处的发丝打理松散，发梢自然悬垂在脸侧，从正面看起来很有跃动感，完美地削弱了下颌的尖锐感觉。

矮胖、颈短的身材在发型的处理时要注意保持菱形的剪法，眼睛和两颊的头发处理得厚一些，发梢保持轻盈短翘，就能使整体看起来干练利落。



### 4 发型推荐 适合中等偏胖体型

小脸发型的要点：  
用发梢向外拉伸视线

改变刘海儿侧分样式，松松地遮住额头，减少脸部的暴露程度。发梢稍稍烫出动感，将视线从脸部轮廓引开，就可以塑造小脸效果了。

中等偏胖的体型可以用柔和的卷发打理出整体的动感。发梢向外的卷翘能够带来更多空气流动的舒适感，可以缓解身体的沉重感觉。

