

HAIR STYLE & HAIR CARE

发型选择与养护

500例



选择风格
选择自我

根据自
身的脸型和发质
，参考本书，选择
最适合您的发型，
您会变得更漂亮。



花季岁月
花般呵护

想让您亮丽
秀美的头发健康
、自然的生长，更
需选择适合自己
发质的养护方法。



山东美术出版社

鲁新登字 04 号

责任编辑:王恺

封面设计:小蓓



鲁新登字 04 号

ISBN 7-5330-1007-8



9 787533 010072 >

发型选择与养护 500 例

陈 蓓 等 编著

山东美术出版社出版发行

山东新华印刷厂印刷

1996 年 8 月第 1 版 1996 年 8 月第 1 次印刷 印数 1—30,000

787×1092 毫米 16 开本 5.5 印张 28 插页 定价 26.80 元

ISBN 7-5330-1007-8/J · 1006

FA XING XUAN ZE

YU

发型选择与养护 500 例



发型选择

FA XING XUAN ZE

与

YU

YANG HU 500 LI

养护
500例



发型选择

FA XING XUAN ZE

与
YU

YANG HU 500 LI

养护
500例

目 录

□ 养 护 篇	4
● 正确使用洗发剂	5
● 发质损伤程度检验	7
● 养发护发的基本方法	8
□ 美 发 篇	21
● 流行发型	22
● 长发系列	41
● 分层直发式	56
● 齐肩长发式	81
● 短发系列	87
● 削发式	
● 齐耳短发式	93
● 流行卷发	101
● 编结发式	115



YANG HU

每个人都希望自己拥有一束清爽、美丽的头发。它是你生活中不可缺少的一个部分，一头亮丽的头发可以使你对生活充满信心。这其中，头发的养护又起着十分重要的作用。本篇就头发养护的方法、注意事项给你作一说明，内容有头发发质、损伤原因及防治、养护的感觉等诸多方面，并对洗发剂和护发液的选择运用进行详细、正确的说明。



Point

HF



你每天正确使用洗发剂吗？

首先请掌握正确的洗发，梳刷与干发的方法，即日常的护发，只要正确地掌握这 3 个步骤，就能够保持头发与皮肤的清洁，健康，如果使用错误的方法，则将受到损害。

头发的损伤与肌肤不同，不易觉察。但它的特征又和肌肤相同，需要每日正确呵护，防止损伤。



先刷头发，解开发结，用温水充分梳洗，此阶段将洗落 6 层脏物，是真格的“洗发”。上洗发剂时不要抹原液，不用指尖而用指腹按摩头皮，冲洗要干净，否则会使头发发粘。



HF

洗发时要按摩头皮

头发一般应一日洗一次，隔日洗的需每日 2 次，弄伤头发的原因之一是洗发剂，需要使用适合自己头发的优质洗发剂，并掌握其使用方法。





HF

器要距头发10公分以上
为防止变色，干发

因头发抗热力较差，故使用干发器要细心，注意，遇到150℃以上的高热，头发内部的水分就会气化，使得头发变干变脆。由于湿润头发的表面是开张的，呈无防备状态，故吹风前应先用干毛巾将头发擦干。

干发器要离头发10公分以上，不要长时间在一处吹风，需不断地移动，为此可将整个头发分6-8块分别吹风。对已经损伤的头发，在吹风前需涂抹护发液或发乳。



HF

从头皮到发端分三段，
细心地、轻轻地梳刷

为保持头发松软，刷头发是不可缺少的。但用刷子时一般1次有3公斤的拉力，头发越长，刷的次数就越多，对头发的破坏也越大，因此，过分刷头发，将使表皮脱落，断发增多。因而，不要胡乱用力，要分3段，使对头发的拉力控制在最小程度。刷子尽量用粗毛，底面朝向外侧刷发，在空气干燥的冬天必须上润发剂。

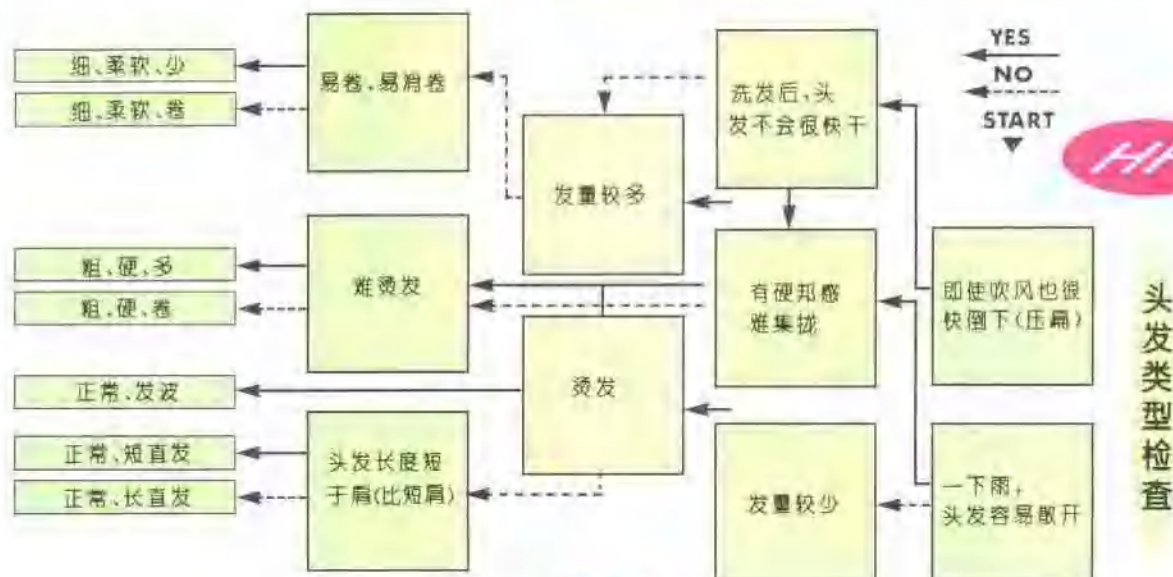


用发质与损伤度检查头发状况

目前,洗发剂与护发素有各种类型,使用时应根据损伤程度,故障的处理,头发的做成等等区别对待,由于洗发剂与护发素的选择错误造成头发损伤的烦恼例子非常多,读了这章后,你可以做出正确的选择。

头发损伤检查

1. 3个月当中,一次也没去美容室
 2. 头发无光泽,感觉干燥
 3. 发质细柔
 4. 脱发,断发明显,难以梳通
 5. 头发一经拉扯,断裂部分容易分离
 6. 洗发后必须吹风干发
 7. 非常挑食
 8. 生活不规律
 9. 损伤头发变淡红茶色
 10. 1根头发能拿起装入盒子的2盘录音磁带(100—150g)
 11. 2个月之间烫发2次以上
 12. 打网球,高尔夫球时不戴帽,长时间在室外
 13. 洗发后常常不完全干发时就睡觉
 14. 头发长度超过肩下10公分
 15. 一次刷头发在50下以上
- 回答“是”0~5个的——损伤度1
 • 回答“是”6~10个的——损伤度2
 • 回答“是”11以上的——损伤度3



仅将牛奶涂在头发上,非常简单,涂后停放 30 分钟,然后用水轻轻冲洗,再用洗发液、淋丝液。每天洗后可使头发松软。
 评点:牛奶中含有蛋白质、脂肪成分,给头发以营养,使其松软,最好与其它处理剂并用护发。

POINT

START



HF

请一定试试牛奶浸泡。

蛋黄酱浸发

效果意外好的蛋白酱浸发。洗发后,在发端等头发的受伤部分涂上,包住,过 10 分钟后冲洗。

评点:蛋白酱中含有鸡蛋、水、油,故对干燥头发的改善有效果,比起出售的蛋白酱,还是用鸡蛋、油等手工做,没有添加物更好。

POINT



使用鸡蛋、原汁蛋白质发液包装

开始,将蛋黄与蛋白分开,蛋白放入碗内,蛋黄盛入别的盘内。诀窍是打破成 2 半壳时,同时移蛋黄→打蛋白泡如奶糊状。要点是打泡要容进空气→轻轻溶解蛋黄,因蛋黄与蛋白中含有近似头发的成分的蛋白质,故对伤发有效果→将蛋黄倒进起泡的蛋白中,一下子流入蛋白,与蛋白表面全体混合时,泡不会破→注意不要弄破蛋白泡,轻快地混合→重点放在特别易损伤的发端上,将此蛋白摩丝涂于全发→卷上包纸 3—4 分钟,泡开始溶化后,用水充分冲洗,如用烫水,鸡蛋将固结,故要注意。

评点:鸡蛋中蛋白质和脂肪、水分等接近头发的成分,将给受伤的头发以营养,但对保护头发表皮层的覆盖作用较弱,故在鸡蛋液浸泡后,要加淋丝洗发液。

对干燥、无光泽头发的护养



HF

POINT

HF

START



HF

用柠檬茶使头发湿润

洗发后,用毛巾轻轻擦干后,开始淋丝液的准备→将红茶倒脸盆内,用热水可使红茶很快泡出→将柠檬切1/3(根据头发长短决定大小)→用柠檬绞汁器绞汁,柠檬汁可强化头发角质层→两手挟头发,将液体渗入全发,轻轻冲洗。

评点:红茶中含有精氨酸单宁,能使表皮层收紧,柠檬中含有的柠檬酸也是同样效果,此两种的重迭效果,能实现头发松爽的期待。





100 克奶粉。纯米醋 1 小匙。橄榄油 2 小匙。柠檬汁 1 大匙。
放入垫着纸巾的竹筐中。搅湿至奶状→用周围纸巾包住材料。
绞紧，滤汁作为淋丝液使用。在冰箱中可保存 3—4 日。

评点：油可湿润头发，奶和柠檬使头发表皮层收紧。每一种
都是有效果的食品类。混合使用将有期待的效果。

用弱酸性洗发液与酸奶淋丝液防止脱发

对于脱发

HF



硬度	一般	量	少
卷否	卷发	粗细	一般



COSMETIC SURGERY J. HOSPITAL

对发端的集中保护

硬度	软	卷否	稍卷
量	多	粗细	细

仅对发端的特殊护理



用柠檬茶使头发湿润



A 硬、多量头发湿润化



看上去很重、很硬而量很多的头发用湿润成分和软化成分配合的头发保护剂使头发柔软、减少体积。

- 软化，减少头发体积
- 硬感消失，软化头发

硬而粗的头发觉得硬梆梆，不易整理。分枝发、干燥发用比 A 类型更有湿润感的头发保护剂 • 消除硬发和分枝发 • 给硬发充分的水分补给 • 不损伤头发，每日洗发。

建议 为了保护健康的头发，除日常洗发、护发外，以每周处理约 2 次为好。



HF

C 处理硬而粗的卷发为直发



收缩的头发和卷发的原因是头发组织，头发皮质弯曲所致，要选择专用的头发保护剂，遵照使用方法，正确地长期使用是重点。

- 三重使用，常放在心上的直发 • 改善卷发的硬度
- 变成直发不是梦

HF

B 硬而粗、易伤的头发的保护





D 使细而软的头发增加体积

E 给细的、易损伤头发增加粘性



HF

79

- 给予弹性，保持体积感
- 使头发增加张力和粘性
- 集中处理，恢复粘度



建议给细而软的头发加蛋白质。细而软的头发早上整发也常常一到中午就塌下。而且易损伤。从内侧补充蛋白质，从外侧要增加张力与粘度是必要的。

HF



细软发质若使用油性护发剂，可能更会使头发压扁，要选择减少损伤和增加体积的清爽护发剂。

- 充分使用（涂布）1 次分量的使用量
- 每周使用 1-2 次
- 使损伤头发回复弹力

HF

弯猫发·卷发弹性化



HF



卷发的原因是发根本身变细，变弯，故不可能变成直发，用护发剂不断给以张力和粘度，可使其接近直发状态。

- 用洗发剂使其增加弱酸性
- 配合严格选出的营养成分
- 给卷发张力，成为直发

建议：对不耐摩擦的卷发要注意。正确梳理

含蛋白成分的营养类型剂是防止减少头发损伤的洗发、护发剂。没有特别硬、软、卷曲等发质问题的人可按损伤度选择护发剂。即使有发质问题，但头发有相当损伤时，应首先考虑防止损伤。如综合使用相应于发质损伤度的洗发剂和护发剂，则会使头发变美很多。

HF

根据损伤选择



HF

喜爱湿润护发剂 · 自然发波恢复了



损伤头发的原因有各种各样。但共同点是头发缺少湿润，要选 择含有增加湿润的成分的护发剂。

- 减少由烫发引起的损伤
- 使损伤的头发松散
- 使分枝发和断发彻底修复

建议：对保护健康头发不受损伤的特别护理。



对于无光泽的干燥的损伤头发



干燥的散开状头发的损伤是因为加热、加力过度，使头发表皮脱落，头发内部蛋白质流出造成的。采取补充硅和蛋白质等应急措施。

- 用蛋白质控制头发损伤
- 使损伤头发回复元气
- 使无粘性头发增加体积