

时尚

LOOKS

美容新概念

(京)新登字177号

图书在版编目(CIP)数据

美容新概念/陈章选编 . - 北京:中国建材工业出版社,1998.11

ISBN 7-80090-850-X

I .美… II .陈… III .美容… IV .TS974

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 34965 号

美容新概念

陈章 选编

中国建材工业出版社出版(北京海淀区三里河路 11 号)

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

广东邮电南方彩色印务有限公司印刷

地址:广州天河高新技术产业开发区工业园建工路 17 号

开本:787×1092 毫米 1/16 印张:4.5 字数:200 千字

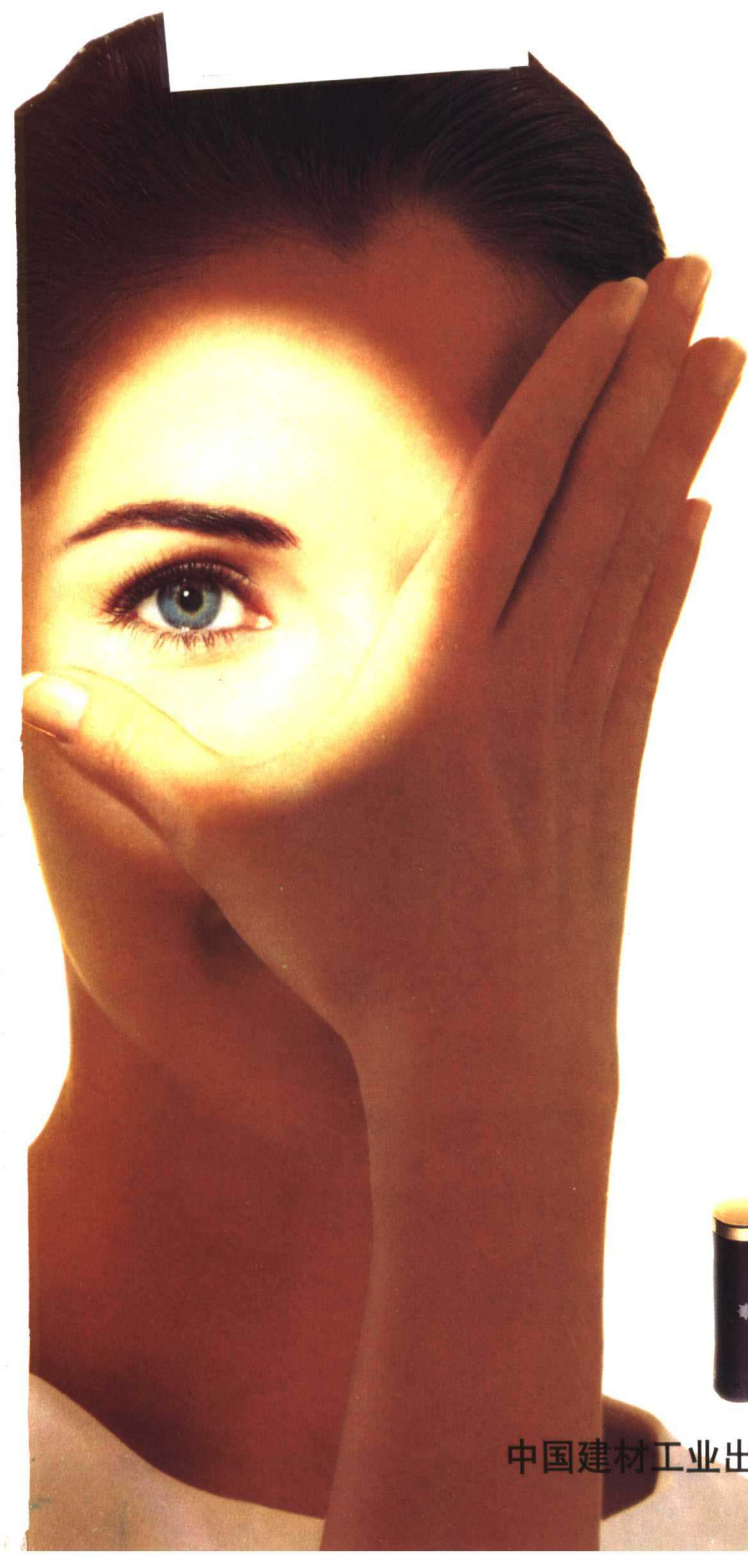
1999 年 3 月第 1 版 1999 年 3 月第 1 次印刷

印数:1-10000 册 定价:24.80 元

ISBN 7-80090-850-X/E·174

美容新概念

陈章 选编



中国建材工业出版社



目录

护肤

护肤	4
成功化妆的第一步：洁肤	7
学会正确的洗脸	8
润肤	12
利用高明的拍打紧缩肌肤	12
淡妆打粉底秘诀	16
美肤	20
修饰的基本技巧	20
脸部深层清洁	22
脸部按摩	22
面膜护理	23

颊部化妆

颊部化妆	24
让你更了解自己	26
前额决定着漂亮程度	28
腮红 扑粉的颜色和效果	32

鼻部化妆

鼻部化妆	34
不同类型的鼻影妆技巧	35

眼部化妆

- 眼部化妆·····36
- 正确的化妆顺序·····37
- 涂眼影的基本技巧·····38
- 利用流行色彩表现自己·····40
- 描眼线的基本技巧·····46
- 让你的眉变得更顺畅·····47
- 配合眼型的眼睛化妆·····48

眉部化妆

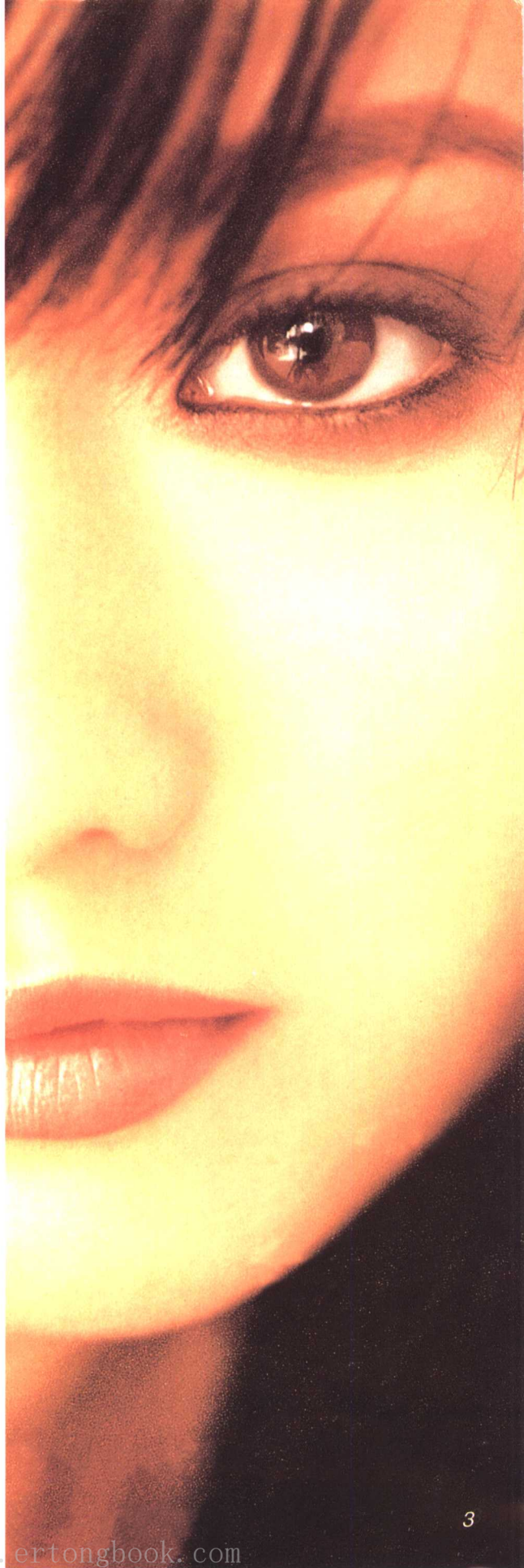
- 眉部化妆·····50
- 让你的眉毛变得更顺畅·····51
- 冷酷的眉毛使眼睛变得锐利··55

眼部化妆用具

- 眼部化妆用具·····56

唇部化妆

- 唇部化妆·····60
- 上口红·····62
- 抹口红的技巧—因肤色而异··63
- 各种唇型的化妆技巧·····64
- 画唇线要配合下颌形状和长度
·····66
- 寻找适合自己的常用色·····68





1

护肤

其实，
肌肤也需要化妆
对肌肤进行正确的调理
能使妆容达到最佳效果

肌肤也需要化妆

化妆的常规步骤包括：洁面—护肤—打粉底—腮红—修眉—画眼—口红，而前三步都属于对肌肤进行化妆，可见其重要性。

因此，根据不同的肤质进行化妆，这样才能使妆容亮丽滋润、自然柔美，不会干燥、不易脱妆。脱妆的原因，有皮脂分泌过剩与肌肤干燥。

总之，先要了解自己哪些部位易脱妆。

脸部因干燥 易脱妆的部位：

眼睛周围

因为没有汗腺，所以是脸部最容易干燥之处，也容易脱妆。

脸颊

面积较广，最容易开始感觉干燥的部分，就在此处。

口唇周围

因为笑而容易引起脱妆，也是容易干燥的部分。

脸部因汗与皮肤易脱妆的部位：

● T字部位

皮脂分泌旺盛的部分，就是额头至鼻子的T字部位。脸部的妆，首先会在这些部分出现油光，然后就会开始脱妆。

● 太阳穴

这里也是会因为皮脂而产生黏腻感的部分。粉底不知不觉地释出，形成脱妆。

● 鼻翼

浮出的皮脂和粉底一起积存在鼻翼，是看起来很肮脏的部分，而且也是不容易再补妆的部分。

● 下巴

从颧骨到下巴也需要注意。被汗水、皮脂溶化的粉底，接触到手之后，易附着在下巴上。另外，也要检查脸的侧面。



进行肌肤化妆三部曲

第一部：洁肤
第二部：润肤
第三部：美肤



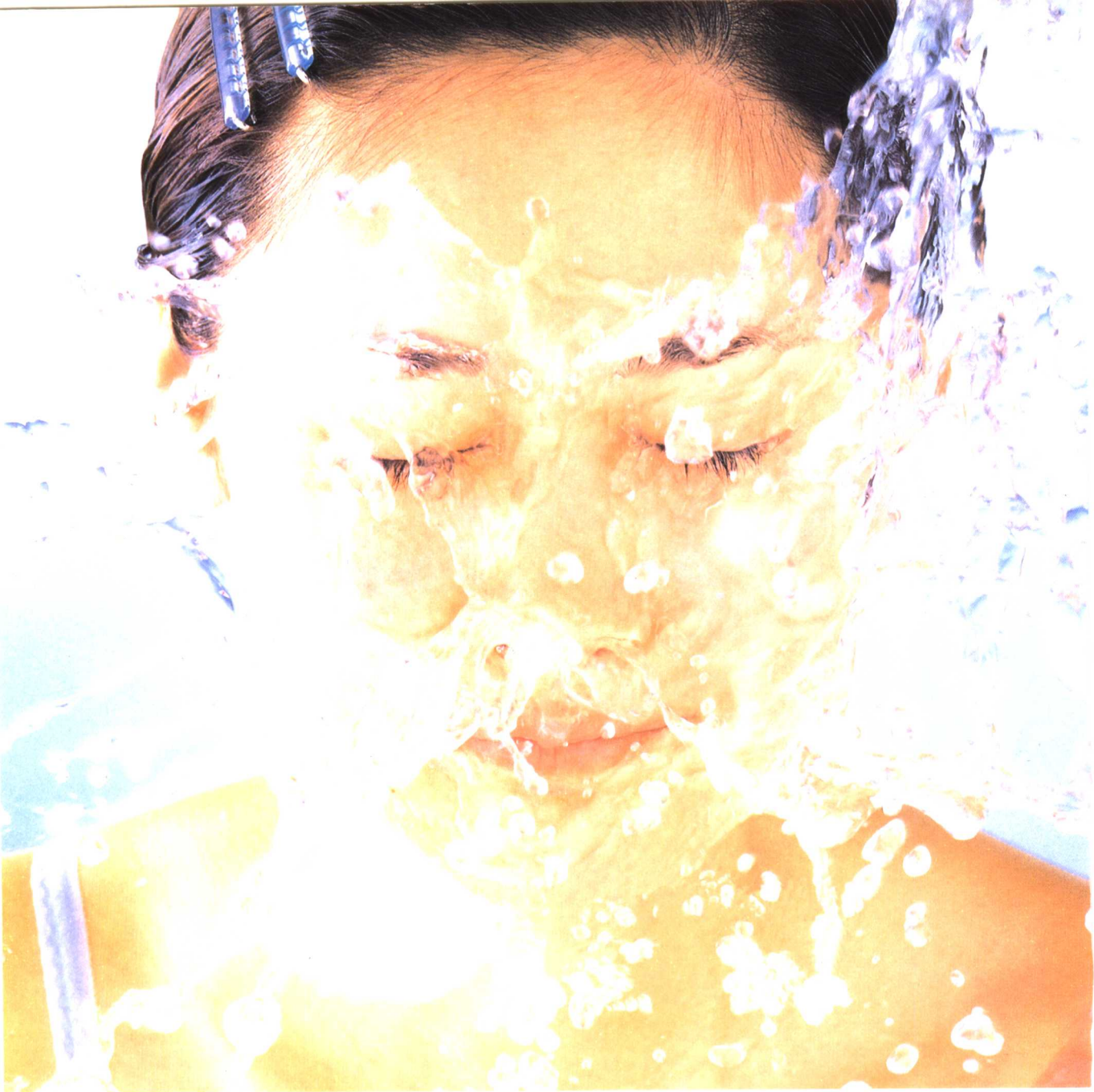
成功化妆的第一步：洁肤

洁肤，即学会洗脸。御妆后去除脸上残留的化妆品，以及死去的皮肤细胞、碎屑，使肌肤清爽光洁。



测试皮肤类型：

早晨起床洗脸前，用一页纸巾擦鼻翼两侧。来回四至五次，如纸上有大量油迹，稍等片刻后纸成半透明则为油性皮肤；如只有少量油迹，或根本没有油迹，为干性皮肤；平时皮肤细嫩红润、光滑不腻为中性；不同部位的皮肤表现不同性质为混合型；易起湿疹、斑点、肿块为过敏性皮肤。



学会正确的洗脸

洗脸的常识是什么？

除去洗脸的道具 先除去手的污垢

即使懂得揉搓起泡的秘诀，但是手指肮脏，就无法展现效果。这是因为手掌表面的油脂会造成不良的影响，因此，不要光是用水清洗，一定要用肥皂洗手。

不要嫌麻烦， 一定要进行双重洗脸

化妆，一定要进行双重洗脸。先卸妆，再去除残余的油分，否则无法保持肌肤的清洁。

用冷水或温水冲洗？

为了防止脱妆，最好是用温度接近冷水的温水冲洗掉泡沫，最后再用冷水轻轻拍肌肤，收敛毛孔。有效利用两种温度，是聪明的选择。



真的不能用热水洗脸吗？

在寒冷的季节，也不能够用热水洗脸。因为热水具有太强的脱脂力，连必要的皮脂也会被去除，反而会引起肌肤干燥，不易上妆。

洗脸的基本在于泡沫！

说到洗面剂，如果光是依靠洗面剂的力量磨擦肌肤，则会损伤肌肤的细胞。洗面剂的泡沫能够去除污垢和油脂，同时具有防止肌肤和手指间磨擦的缓冲作用，最好的方法是揉搓到产生泡沫为止。



当揉搓的双手分开不会滴落时，前端出现尖形的泡沫，这是最为理想的。



①依前述的要领，将揉搓起的泡沫扑在打湿的脸上，搁置5秒钟。泡沫会使毛细孔深处的皮脂、污垢上浮，就容易清洗了。



②首先从面积较宽广的脸颊开始清洗。扑在肌肤上的泡沫与手掌的泡沫混合，从脸的中心朝外以画螺旋的方式旋转。要轻轻地揉搓，避免破坏泡沫。



③继脸颊之后，其次洗面积较广的额头，也要避免破坏泡沫。尽量放松手指的力量，以画螺旋的方式来洗，绝对不要摩擦。

掌握正确的洗脸顺序



⑦最后洗容易脱妆的T字部位，再以画螺旋的方式清洗额头。使用指尖洗鼻梁，指尖沿着鼻梁上下移动，使泡沫融入其中。



⑧接着，要洗鼻翼周围。如图片所示，用双手的无名指上下移动，洗到干净为止。结束之后，再一次反复7、8的步骤，最后好像用双手包住脸似地清洗。





④鼻子周围是大家容易忽略的部分，尤其要注意鼻下的部分。这里易生胞，是皮脂分泌较多的区域。指尖要朝左右移动，认真地去除污垢与皮脂。



⑤眼睛周围是纤细的部分，一定要放松力量轻轻地洗。眼头、眼尾容易积存污垢，因此指尖要朝左右移动，仔细地去除污垢。



⑥嘴唇周围和下巴也要清洗。嘴唇周围用指尖旋转清洗，人中也要清洗。下巴则是朝脖子侧及耳下方面他仔细地清洗。

序

必须完全冲洗干净才能达到真正的洁面目的



鼻下与鼻孔

如上图所示，手掌捞起温水，暂时停止呼吸，冲洗鼻下与鼻孔。鼻翼周围容易残留洁面剂，所以要用指尖清洗，才能见效。



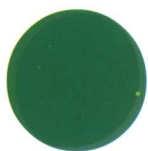
唇下与下巴内侧

拱起手掌，捞起温水，朝下巴左右冲洗几次。秘诀是直到肌肤产生紧绷感为止。



耳下与太阳穴

这个部位的清洗，请不要移动手，将脸倾斜来冲洗，温水多捞起几次，在脸上冲洗，直到泡沫完全消失为止。

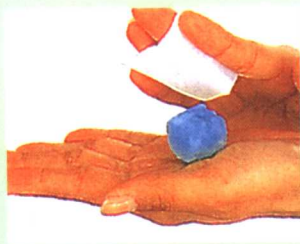


润肤

利用高明的拍打紧缩肌肤



化妆棉夹在能够最自然地贴住脸的中指、无名指指腹的中心，较能够顺利地调节力量。



捏成圆形的化妆棉沾满化妆水之后，再沾在夹住的化妆棉上，可以多次使用。

拍打之前检查化妆棉的拿法

拍打，多半是用手指进行或使用化妆棉。为了使化妆水能够到达肌肤各处，最好使用化妆棉，为了使肌肤能够有效地沾到化妆水。学会高明的拿法。为各位介绍准备2片化妆棉而不会浪费化妆水的技巧。

保养品中，使用最多的就是化妆水。

化妆水有许多类，应配合目的与肤质灵活运用。

首先考虑自己的皮肤需要如何的养护：

- 1、希望有湿润感时应用“营养型化妆水”
- 2、希望预防脱妆时应用“收敛型化妆水”。

还应与自己的肤质相配：

- 1、油性皮肤应用抑制油脂分泌的收敛型化妆水；
- 2、中性皮肤应用适度收敛与滋润型化妆水；
- 3、干性皮肤应用保湿度高的柔软型化妆水。

了解化妆水的威力 预防脱妆有秘诀

防止脱妆的重点 拍打

1 不要随便拍打，要以能融入肌肤的要领拍打

2 各部分分别拍打10秒钟能使效果加倍

3 容易脱妆的T字部位可以贴化妆棉



随意乱拍打，不仅会浪费化妆水的效果，而且受到刺激、发烫的肌肤也会提升皮脂的分泌。



拍打时，必须用化妆棉取得化妆水多次，好像让化妆水融入整个肌肤里似地拍打，才是正确的做法。如此也就使清凉感持久。



①用中指、无名指夹住的化妆棉，从捏成圆形的化妆棉中取得适量的收缩化妆水，拍打在整个脸上。



②整个脸拍打结束后，再用化妆棉沾化妆水，从发际开始，朝T字部位轻轻地拍打。以1秒1次的速度拍打10次。



③再取化妆水，朝向鼻翼拍打。用指尖稍微按压似的，但不要太过用力，持续拍打10秒钟。



④最后的重点则是下巴。同样的，取化妆水，将脸稍微上抬，整个下巴拍打10秒钟。



即使拍打，但是仍然担心T字部位会出现油脂的人，就可以贴化妆棉。准备数片沾收缩化妆水的化妆棉，沿着额头、鼻梁贴化妆棉，忍耐2-3分钟。此外，也可以如前所介绍的，化妆棉包住冰，更能够达到紧缩毛细孔的效果，同叶，也能够防止脱妆，在暑热的季节，可多加利用。

喷雾式化妆水的使用：



以喷雾式的化妆水随时为肌肤补充水分，用时只需拿着瓶子距脸部20至30公分的位置，轻压瓶子喷雾装置。化妆时，若能在脸上铺上一张纸巾，喷雾化妆水，就可以防止脱妆。

洗完脸、涂完化妆水后，就可以**打底！**

保持肌肤的滋润
使得粉底容易持久

何谓打底？

是指在使用粉底化妆之前，涂抹在肌肤上打底用的保养品。包括乳液、乳霜、美容液等，形态各有不同。不过，如果能够均匀地涂抹在肌肤表面，则使用粉底时，粉底能够持久，也能够保护肌肤免于干燥。但是不要过量，否则是造成脱妆的原因。



乳液

调整涂抹

粉底前的肌肤

乳液是使涂抹化妆水的肌肤形成一层薄膜，使水分不易逃散的保养品。

打底时使用乳液，不仅能够防止水分蒸发，也会创造均匀、柔嫩的肌肤，容易涂抹粉底，也可以防止粉底因为干燥而晕开，能够使得化妆持久。

高明的使用秘诀

使用乳液打底时，需要注意的是，避免使用在皮脂分泌较多，容易脱妆的T字区域，在一些部位也要减量使用，薄薄地涂上一层即可。

●容易干燥的部分……

眼睛周围、口唇周围、脸颊等容易干燥的部分，薄薄地涂上一层乳液打底，这种使用乳液的秘诀，能够防止因为干燥而形成的粉底脱落与肌肤干燥的现象，而且使妆能够持久。

●涂抹粉底之前……

涂抹完乳液之后，用双手手掌压住整个脸，使乳液与肌肤充分融合。在打粉底之前，用纸巾按压脸部，去除多余的油分，也是重要的步骤。

美容液加滋润型粉底

可以防止干燥

在容易干燥的冬天，或是干性肌的人，可能因为粉底过于干燥而出现肌肤的烦恼。

在此介绍用美容液打底的方法，能够抑制油分，是适合油性肌肤的技巧。但是，美容液的最大目的，仍然是补给滋润。

因此，担心干燥时，也可以采用美容液。在拍打足够化妆水的肌肤上涂抹美容液，再选择滋润型的粉底来进行基础化妆吧！

美容液

给予充分的水分

使化妆前拥有美肌

.....

比乳液的油分更少，能使大量的水分停留在肌肤上的，就是美容液。

原本的目的在于肌肤的保湿，但是欲具有使粉底容易上妆的作用。亦即能够润肤，使粉底容易附在肌肤上。

但是，美容液要配合自己肌肤的状态、季节等环境，以及是使用在整个肌肤或是只使用于干燥部分……要调节范围及分量，才能够防止脱妆。

