

危险的化妆方法

现代生活保健丛书

成都出版社

危险的化妆方法

邱 笙 编著

成都出版社

1994·成都

(川)新登字 011 号

CHENGDUCHUBANSHE

危险的化妆方法

作者:邱 笙
责任编辑:黄廷尧
封面设计:张光明
责任校对:王显华

出版发行:成 都 出 版 社
地 址:中国·成都市蜀都大道十二桥路 30 号
邮政编码:610072
电话号码:(028)7765071 7783841
经 销:新华书店重庆发行所
排 版:蓉军电子排版印务中心
印 刷:成都一中印刷厂
版 次:1994 年 10 月第 1 版
印 次:1994 年 10 月第 1 次印刷
开 本:787×1092mm 1/32
印 张:4.75
字 数:100 千
印 数:1—5000 册
书 号:ISBN7—80575—666—X/R·20
定 价:4.00 元

版权所有 翻印必究

前 言

在生活中,很多妇女都惑于化妆品推销员的花言巧语,长期自觉自愿地使用各种化妆品,以使自己显得更加年轻、漂亮。但是,她们往往却得不到预期的效果,反而常常事与愿违。要知道,这些灾难可是她们自己造成的。

总的说来,化妆前首先要正确判明自己皮肤性质,然后再选用适合自己的化妆品。如果在使用中感到有什么不适,就应该立即停止使用该种化妆品。

有许多妇女往往爱报怨自己的皮肤太敏感,事实上,这是由于她们完全违反了化妆的原则。

因此,等她们漂亮的容貌上出现雀斑时,就只能自食其果了。

每一个女人都要化妆,不过我们自己对化妆品有什么认识呢?

按理说,各类广告是化妆品信息的最佳提供者。对了解、掌握更多的信息很

有好处。只要对自己的皮肤有一个正确的了解,掌握选择化妆品的知识,就不会为广告的宣传所迷惑,从而客观、正确地选择适合自己的化妆品。

每个人的皮肤都会有差异,而且这种差异还会随着季节、年龄、健康状况变化而变化。某一种化妆品可能十分适合别人的皮肤,但却未见得适用于自己。不同的化妆品有其不同的作用,务请只使用适合于自己的东西。

而且,化妆品的使用往往要受皮肤健康与否的限制。就像人拉肚子一样,病情严重时吃流食,病好以后才能吃普通食物。当皮肤处于病变时,无论如何都不要再使用化妆品。

以上就化妆品的选用谈了一点极为基本的常识,希望大家在使用化妆品时“照章办事”。

作为皮肤科医生,我曾多次听到一些妇女抱怨,说使用化妆品很危险。但是,如果只知道危险,不知道正确选用,反而会增加消费者选择化妆品的难度,从而导致滥用化妆品。有不少人因错误使用化妆品造成恶果,不得不去医院求助于医生的帮助。

从医生的角度出发,我对滥用化妆品引起的恶果感到十分痛心,因此决意推出这本书来献给广大的化妆品使用者。

当然,我们也决不能无视化妆品的积极作用,比如:

1. 冬天室内的暖气使得室内外温差很大,这对皮肤有一定影响。这时适当的化妆可以使皮肤得到保护。

2. 空气的污染可以直接损害皮肤,而化妆则可以使皮肤免受其害

3. 太阳的紫外线对皮肤的影响也可因化妆而减弱。

4. 空气的干燥对皮肤十分不利,施以淡妆可达到保护皮肤的目的。

5. 美容化妆在客观上给人美的感受,使人精神振奋,青春焕发。所以,只要能正确使用化妆品,适度的化妆将有助于人的身心健康。

本书将向读者们介绍怎样选择适合自己皮肤的化妆品和一些既安全、又能收到良好效果的化妆方法。

我想把这本书献给那些刚踏入社会的年轻姑娘,献给那些已经注意到自己的皮肤需要得到重新保养的主妇们,以及那些对自己惯用的化妆法持有疑问和

疑虑的女士们。

如果您想比别人更漂亮、更健康，就
请尽快掌握正确的化妆法，诚心诚意地
同化妆品交朋友吧！

邱 笙

1994年8月

目 录

前 言.....	(1)
----------	-----

第一章 各种错误的化妆意识

错误认识之一.....	(1)
错误认识之二.....	(3)
错误认识之三.....	(4)
错误认识之四.....	(5)
错误认识之五.....	(6)
错误认识之六.....	(8)

第二章 诊断室

危险的化妆法之一

——脂溢性皮肤 A 小组的自述	(10)
-----------------------	------

危险的化妆法之二

——中性皮肤 B 小姐小姐的自述	(12)
危险的化妆法之三	
——干性皮肤 C 太太的自述	(14)
危险的化妆法之四	
——局部油性皮肤 D 小姐的自述	(17)
危险的化妆法之五	
——轻微干燥性皮肤 E 小姐的自述	(20)
危险的化妆法之六	
——粉刺型皮肤 F 小姐的自述	(22)
危险的分妆法之七	
——敏感型皮肤 G 小姐的自述	(25)

第三章 最新医学提出的严重警告

1. 重要的是首先要了解自己的皮肤	(29)
2. 容易长雀斑的人要注意的问题	(30)
3. 药用化妆品的潜在危险	(31)
4. 对所谓安全性高的商品更要加倍小心	(33)
5. 便宜的香皂完全可以放心使用	(34)
6. 浴皂和化妆皂的区别	(36)
7. 洗脸刷使用不当是长雀斑的原因	(37)
8. 注意洗脸方法,防止粉刺增加	(38)
9. 控制用温热水洗脸的次数	(39)
10. 正确使用洗发剂	(40)
11. 掌握正确的洗头方法	(41)
12. 注意洗涤身体的次序	(42)

13. 风靡一时的天然化妆品	(43)
14. 芹菜、无花果、柠檬对化妆的副作用	(44)
15. 正确认识茶叶对美容的作用	(45)
16. 危险的外国化妆品	(46)
17. 男、女用化妆品要区别使用	(46)
18. 正确选用高低档化妆品	(48)
19. 口红引起的麻烦	(49)
20. 嘴唇变色的主要原因	(50)
21. 润肤霜的效果	(51)
22. 注意洁面膏的使用	(52)
23. 错误的按摩法	(53)
24. 乱用营养霜的危害	(54)
25. 夏季化妆品的用法	(55)
26. 如何选择不了解的化妆品	(56)
27. 香水,危险的诱惑	(57)
28. 防日晒的最好办法	(59)
29. “防晒霜”的效用	(61)
30. 防晒指数	(62)
31. 雪地防晒要领	(63)
32. 太阳镜的作用	(65)
33. 毛发的错误处理方法	(66)
34. “圆型脱发症”的治疗	(67)
35. 怎样看待白头发	(68)
36. 脱发的真正原因	(69)
37. 令人生畏的橡皮手套	(71)
38. 注意眼药水的用法	(72)

39. 面部皱纹的学问 (73)
40. 保护指甲美的两个原则 (74)

第四章 不容忽略的常识性错误

1. 化妆的第一步应该注意什么 (77)
2. 化妆品使用上的参考数据 (78)
3. 皮肤过敏的原因所在 (80)
4. 皮肤疹斑要注意的问题 (81)
5. 化妆前的过敏性试验 (82)
6. 烫发和染发的注意要点 (83)
7. 重视 25 岁以后皮肤的变化 (84)
8. 预防皮肤过敏的最佳方法 (84)
9. 化妆水在冬天的应用 (86)
10. 不化妆时要注意的三个要点 (87)

第五章 鲜为人知的正确化妆法

1. 基础化妆法 (89)
2. 化妆品的用量 (91)
3. 卸妆的最佳方法 (91)
4. 皮肤医学上的新发现 (92)
5. 错误的化妆有害无益 (93)
6. 化妆品的保存原则 (94)
7. 使用方法不当导致化妆品的变质 (94)
8. 廉价化妆品不一定经济 (95)

9. 粉盒内的玻璃纸不可忽视	(96)
10. 洗发香波和洗发精能配合使用吗	(97)
11. 去头屑的好办法	(97)
12. 梳子、发刷的合理使用	(98)
13. 经常搔头发的利弊	(99)
14. 软硬头发的优劣	(100)
15. 不化妆的害处	(101)
16. 掩饰缺点要适度	(101)
17. 粉底霜颜色的选择	(102)
18. 三种粉底霜的合理使用	(103)
19. 白粉的作用	(104)
20. 换妆的常识	(104)
21. 眼窝发黑, 眼球充血怎么办	(105)
22. 掩饰面颊绯红的最好办法	(106)
23. 掩饰黑斑、小痣的简便方法	(107)
24. 掩饰面部皱纹的简便方法	(108)
25. 描眉的重要性	(108)
26. 剪眉毛的要点	(111)
27. 怎样使睫毛显得更漂亮	(113)
28. 愿您有一双迷人的眼睛	(115)
29. 假睫毛的使用法	(117)
30. 假睫毛的修整方法	(117)
31. 大眼睛的人怎样化妆	(119)
32. 小眼睛的人怎样化妆	(119)
33. 疲劳以后眉毛的画法	(122)
34. 眼皮浮肿时怎样化妆	(125)

- 35. 上吊眼和下斜眼的化妆 (125)
- 36. 单眼皮的化妆法 (127)
- 37. 化妆品的最佳搭配 (128)
- 38. 矮鼻梁、宽鼻梁的人不用烦恼 (129)
- 39. 嘴型欠佳的人如何化妆 (131)
- 40. 使用香水的窍门 (133)
- 41. 不能化妆的人扮妆要点 (133)
- 42. 仅改观一处,便可成为美发女人 (136)

第一章 各种错误的化妆意识

错误认识之一

雀斑、皱纹、痤疮、皮肤皴裂以及皮肤癌等,从某种程度上来说,都与那些自诩为采用最新科学方法制造出来的化妆品以及那些所谓的最新化妆法有一定的关系。

有人说,人的皮肤完全可以不用化妆。事实上,有许多人因为长期化妆反而引起了皮肤皴裂。而很多不化妆的人,尽管上了年纪却仍然保持着皮肤原有的健康美。据说,过去的人之所以皮肤细腻,多是因为不化妆的缘故。即使是现在,也有不少皮肤健美的人常常为自己只用自来水、井水或热水沐浴皮肤而感到十分自豪。

这种自古沿袭下来的观点究竟正不正确呢？

事实上，我完全不赞成这种观点。当然，如果不了解自己的皮肤，滥用化妆品，倒不如干脆不化妆。

首先是空气的严重污染。每天洗头时，我们都会看见从头发上冲洗下来的污水，这足以说明当今的环境污染已经到了相当严重的程度。严重的空气污染对皮肤产生极坏的影响。因此，正确的化妆是保护皮肤的必要手段。

其次是生活环境的变异。空调设备的现代化给人们的生活和工作带来了极大的方便，但遗憾的是它会造成使皮肤难以承受的不良后果。

暖气设备良好的房间，室内的空气随时都可能过于干燥。而且，由于室内外温差很大，皮肤适应外界气候环境的能力就可能逐渐减弱。

第三是生活节奏的加快。现代女性对户外体育运动的兴趣与日俱增。如果她们像男子一样，参加运动时不采用任何化妆措施来保护皮肤，就会给她们自己带来不堪设想的后果。

如上所述，人类的皮肤需要保护。由于时代的不同，生活条件的变化，过去的人们当然会有“不化妆最好”的想法。而在当今的世界上，女士们把化妆首先看成是人的仪表美和社交礼仪的需要，因此，就这个意义而言，不管喜欢与否，化妆都是现代生活中必不可少的一部分。

希望大家在看了本书以后，能正确掌握美容化妆知识，树立起充分的自信心。

错误认识之二

在选择化妆品和使用化妆品这个问题上,至少有 90%以上的人犯有严重的常识性错误。

作为皮肤科医生,我经常听到一些人谈论有关如何美容和化妆的问题。从这些谈话中,可以知道她们对日常化妆的认识还十分肤浅,而且存在许多错误的看法。下面我就试举几例,让读者自己分析判断。

例 1:“年轻人这样打扮就满可以了,不必过于讲究。只要与自己的皮肤相配,哪个厂家的产品都可以用。我自己就经常用不同厂家的产品。不过,我用的化妆品都很一般,听说高档产品很贵……”

例 2:“我最喜欢天然化妆品,听说用天然原料制造的化妆品对人的皮肤有益无害……虽然价钱贵一些,可为了皮肤的健美,多花点钱也值得。”

例 3:“我的朋友挺会打扮,她们告诉我一个好办法:用柠檬汁来美容……,我和姐姐都试着做了一次。”

例 4:“听别人说,名牌化妆品不过是所用的香料很贵罢了,其实质量同便宜的化妆品没有什么两样。我平时大都用便宜的化妆品,总的说来效果还不错。虽然在感觉上同高级化妆品有些不同,但花太多的钱在这上面,也太不值得了……”

例 5:“我妈可能干啦,她教了我好多化妆法。母亲的传授对我来说是再合适不过了。有时候我的化妆品用完了,就干脆用我母亲的……”

例 6:“别的马虎一些还可以,对皮肤可不能乱来,弄不好

就会后悔莫及。所以把钱用在化妆品上千值万值。我全用进口化妆品。”

怎么样?上述女士、小姐谈话的内容同我们平时的做法或者想法是否有相同之处呢?

乍听起来,她们的谈话似乎有一些道理。可是细想下去,就知道她们在怎样使用化妆品的思维方式上存在着根本的错误。

最近,有很多妇女都因为不加分析地接受不正确的化妆方法,惹出了许多麻烦,我真为她们捏一把汗。

那么,究竟什么是正确,什么是危险的化妆法呢?本书将对此加以详细说明,并介绍一些正确的化妆常识。希望大家将本书中介绍的方法作为参考,正确了解自己的皮肤,在今后选用化妆品时不再重犯以前的错误。

错误认识之三

美容的方法很多,早上有美容洗脸,晚上有美容防皱等等,但是,不管是哪一种方法,如果没有真正地掌握它,都会给皮肤带来无穷的后患。

人大都清楚自己的血型,那么,对自己的皮肤我们又知道些什么呢?对于一个经常使用化妆品的人来说,最重要的就是要了解自己的皮肤,就像知道自己的血型一样。

我曾花了大量的时间来研究女性的皮肤。可以说我对女性皮肤的推测有十分的把握。比如,看了一个3岁女孩的皮肤,我就可能推断出这个小孩皮肤的类型,以及她成年后皮肤的发展和老年以后皮肤会起什么变化等等。