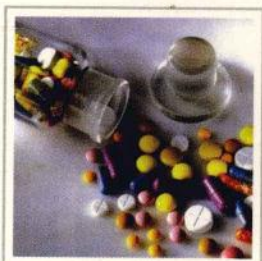


家庭
养生保健卷
(四)



XIANDAIJIATING

YILIAOBAOJIAN

现代

家庭医疗保健

十万个为什么

華齡出版社

SHIWANGEWEIFHENMO

现代家庭医疗保健

十万个为什么

家庭养生保健卷（四）

主编 康健

华龄出版社

目 录

家庭养生保健卷(四)

十、化妆及化妆品使用常识	(3)
● 什么是面部的“三庭”、“五眼”及凹凸层次?	(3)
● 为什么脸部化妆要遵循一定的原则?	(4)
● 什么是脸部化妆的基本程序?	(5)
● 什么是立体化妆? 怎样进行立体化妆?	(7)
● 为什么要根据不同形状额进行化妆?	(9)
● 怎样化妆颌部?	(10)
● 为什么美容要注意保护及美化眼睛?	(11)
● 什么是眼影? 怎样涂眼影?	(12)
● 为什么使用睫毛膏能美化睫毛?	(13)
● 为什么使用假睫毛能美容?	(15)
● 怎样画眼线?	(16)
● 如何利用胭脂修整脸型?	(18)
● 为什么肿眼泡、眼袋突出、细眼形、宽眼睑、	

- 小眼睛、单眼皮的人也可化妆美容? (19)
- 为什么眉毛也有化妆必要? (21)
- 怎样修正不同的眉型? (22)
- 为什么下垂形、吊眼、向心形、离心形及圆形眼的人通过化妆可美容? (24)
- 为什么要根据不同鼻型化妆? (25)
- 什么是胭脂? 怎样正确使用胭脂? (27)
- 为什么唇部的化妆能美容? (29)
- 为什么化妆要选择口红的颜色? (30)
- 怎样进行颈部的保养和化妆? (33)
- 为什么方形及长形脸也可以进行修饰? (34)
- 为什么正三角形、倒三角形和菱形脸通过化妆可修饰? (35)
- 为什么椭圆形及圆形脸通过化妆可进行修饰? (36)
- 为什么化妆粉底要合理使用? (37)
- 为什么卸妆不能忽视? 卸妆应注意些什么问题? (39)
- 为什么不良习惯会影响美容? (41)
- 什么是生活淡妆? (42)
- 春秋季应怎样化妆? (43)
- 夏季应怎样化妆? (45)
- 冬季怎样化妆? (46)
- 什么是新娘妆? 化妆方法是什么? (47)
- 什么是晚宴妆? 化妆步骤是什么? (49)

- 什么是梦幻妆? 化妆方法是什么? (51)
- 中、老年女性怎样化妆? (52)
- 为什么戴眼镜的妇女要化妆? (54)
- 为什么不同肤质的人有不同的化妆方法? (55)
- 为什么生活妆可改为晚妆? 怎样改? (56)
- 美容化妆过程中应注意哪些问题? (58)
- 什么是香水? (59)
- 香粉使用有什么讲究? (60)
- 为什么香水在化妆中作用巨大? 应怎样选择
使用和保存香水? (61)
- 为什么化妆要体现个性? (63)
- 什么是化妆品? (65)
- 化妆品是怎样分类的? 生活化妆品有哪些?
..... (65)
- 化妆品的基本剂型有哪些? 它们是怎样制成的?
..... (68)
- 什么是儿童化妆品? 如何选用? (69)
- 什么是防晒化妆品? (71)
- 什么是抗衰老化妆品? (72)
- 什么是衡量化妆品质量和卫生安全的标准?
..... (74)
- 哪些因素影响化妆品的使用? (76)
- 为什么化妆品对皮肤有保护作用? (78)
- 为什么化妆品会引起皮肤的不良反应? (80)
- 为什么化妆品能引起全身性不良反应? (82)

- 什么物质能引起化妆品不良反应? (84)
- 如何保存化妆品 (85)
- 使用化妆品应该注意哪些问题? (87)
- 面用护肤类化妆品有哪些类型? (88)
- 为什么化妆品能够护肤? (89)
- 为什么营养型化妆品能护肤? 有哪些种类?
..... (91)
- 什么是有特殊作用的面霜? 有何用途? (93)
- 为什么化妆品可以祛斑? 祛斑化妆品有哪些?
..... (94)
- 如何选用化妆品? (96)
- 涂搽面用护肤美容化妆品应注意什么? (97)
- 为什么说化妆品使用是有程序的? 应怎样使用?
..... (98)
- 为什么粉类化妆品可增白美肤? 常用的有哪些?
..... (100)
- 为什么要正确使用粉类化妆品? (101)
- 为什么要使用粉底用品? 有什么作用? (103)
- 为什么面膜可护肤? 有哪些种类? (104)
- 为什么软膜可养肤? 常用的软膜有哪些? (105)
- 为什么使用面膜必须注意方法? 有哪些原则?
..... (107)
- 为什么倒模面膜能综合性美容? (108)
- 为什么正确使用眼部化妆品非常重要? (109)
- 什么是眼线化妆品? 如何使用? (110)

● 什么是睫毛油? 如何使用?	(112)
● 怎样去除眼妆?	(114)
● 什么是化妆性眼病? 如何预防?	(114)
● 为什么化妆品可使眼皮变厚?	(116)
● 为什么文眉会有不良反应?	(117)
● 什么是文眼线? 需注意什么问题?	(118)
● 为什么要涂口红? 有不良作用吗?	(120)
● 为什么不同种类的口红有不同的功能?	(121)
● 如何选用鼻用化妆品?	(122)
● 为什么说除臭剂与止汗剂不一样?	(123)
● 如何选用香水类化妆品? 有哪些类型?	(124)
● 花露水有什么用途? 应注意哪些问题?	(125)
● 为什么要注意香水的使用?	(125)
● 如何使用脱毛霜和脱毛蜡?	(127)
● 什么是甲用化妆品? 有哪些?	(127)
● 什么是辅助性甲用化妆品? 如何使用?	(129)
● 为什么要化妆指甲? 如何合理使用指甲油?	(131)
● 为什么涂用指甲油会引起不良反应?	(132)
十一、美容美发	(134)
● 为什么睡眠、疾病与美容有关?	(134)
● 为什么环境与美容有关?	(135)
● 为什么体内的酸碱环境与美容有关?	(135)
● 为什么休息和睡姿能影响美容?	(137)

- 为什么精神疗法与护肤美容有关? (138)
- 为什么要养成美容习惯? (140)
- 为什么中年男士也能美肤? 应该怎么做? (141)
- 为什么做 5 分钟脸部健美操可消除眼下皱纹?
..... (143)
- 如何制作天然美容品? (144)
- 为什么珍珠能美容? (145)
- 为什么食醋能美容? (146)
- 卸妆剂有哪些种类? (147)
- 什么是正确的洗脸方法? (148)
- 什么是深层洁肤? 具体方法有哪些? (149)
- 为什么要保养皮肤? (151)
- 为什么保护皮肤男女有别? (152)
- 为什么要根据不同的季节保养皮肤? (154)
- 为什么美容要根据不同部位来保养皮肤? (156)
- 为什么某些治疗和手术后更应保护皮肤? (158)
- 为什么化妆品与皮肤过敏有关? (159)
- 什么是敏感性皮肤? 应怎样进行养护? (160)
- 为什么皮肤可以测试? 方法有哪些? (162)
- 为什么皮肤可分成四种类型? 你属于哪种类型?
..... (163)
- 什么是油性皮肤? 应怎样进行保养? (165)
- 什么是干性皮肤? 应如何进行保养? (166)
- 什么是中性皮肤? 应如何进行保养? (167)
- 为什么中年女性应特别注意保养皮肤? (168)

- 如何保护老年人的皮肤? (170)
- 不同年龄和类型的人如何选择化妆品? (171)
- 化妆水的种类及用途有哪些? (173)
- 为什么精神疗法能抗皱? (174)
- 洁肤类化妆品的种类及作用是什么? (175)
- 为什么海参鸽蛋能美容? (176)
- 为什么吃桂沙美人蕉有利于美容? (177)
- 维生素与皮肤健美有关系? (177)
- 为什么偏方能美容? (178)
- 什么是特效美容? (179)
- 什么是刷浴美容法? (180)
- 为什么美容雀斑霜应慎用? (181)
- 为什么香菇可创造青春的肌肤? (182)
- 常用美容法有哪些? (182)
- 为什么绿豆可治疗面疱? (190)
- 为什么蛋白可增加头发的光泽? (190)
- 为什么鸡汤能健身与美容? (191)
- 为什么猪的内脏网膜可美容? (192)
- 为什么珍珠美容有令人惊奇的效果? (193)
- 为什么牛乳的薄膜能创造光润的肌肤? (193)
- 为什么莲子是高级美容食品? (194)
- 为什么杏仁美容霜可使肌肤细白? (194)
- 护肤类化妆品的种类及作用是什么? (195)
- 治疗类化妆品的种类及作用是什么? (196)
- 粉饰类化妆品的种类及作用是什么? (197)

- 为什么美容要注意选用化妆品? (199)
- 为什么要注意保管化妆品? (201)
- 怎样鉴别化妆品? (203)
- 什么是硬模? (204)
- 什么是软膜、膏状面膜、啫喱面膜、矿泥面膜?
..... (206)
- 什么是家庭中常用面膜? (208)
- 什么是蒸气熏面? (210)
- 为什么面部按摩能美容? (212)
- 为什么食物纤维有美肤作用? (214)
- 什么是指压美容? 怎样用指压法进行美容?
..... (216)
- 为什么皱纹可以预防? (217)
- 为什么面部皱纹可采取美容方法消除? (218)
- 为什么饮食疗法能消除皱纹? (220)
- 为什么有些蔬菜有护肤美容作用? (221)
- 为什么水果及干果有护肤美容作用? (221)
- 为什么有些豆类、瓜类、花类有护肤美容作用?
..... (223)
- 为什么桃花有美容作用? (224)
- 为什么肉类、乳类、蛋类、海鲜类有护肤美容作用?
..... (225)
- 为什么黑色食品、油类及微量元素有护肤美容功效?
..... (226)
- 为什么蜂产品有护肤美容作用? (227)

- 为什么酸奶能美容保健? (228)
- 为什么大蒜能美容? (230)
- 为什么喝水能美容? (231)
- 什么是美容饮料? (232)
- 什么是光敏物质? 怎样防晒? (234)
- 如何防晒? (235)
- 什么是紫外线与防晒品? (236)
- 为什么维生素有护肤作用? (238)
- 为什么花粥能美容颜? (240)
- 为什么高原地区要保护皮肤? (242)
- 什么是天然化妆品? 怎样自制? (242)
- 为什么说酵素是美容催化剂? (244)
- 为什么要保持牙齿健康? (245)
- 为什么要正确刷牙、洗牙? (246)
- 为什么食品营养和口腔保健有关? (247)
- 为什么牙齿会变色着色? (249)
- 为什么牙齿畸形可实施矫正? (250)
- 为什么变色着色牙可进行美容修复? (252)
- 为什么牙齿也能进行保健美容? (254)
- 为什么手部也要保养? (256)
- 为什么指甲病不可忽视? 指甲有哪些常见病?
..... (256)
- 为什么要保护指(趾)甲? 应如何养护? (258)
- 为什么使用指甲油是一种常用的美甲方法?
..... (259)

- 为什么说颈部是青春计时器? 怎样护理? (261)
- 为什么嘴唇会干燥? 怎样预防? (263)
- 皮肤干燥该如何防治? (264)
- 为什么有些皮肤病有传染性? (265)
- 为什么扁平疣可治疗? (266)
- 为什么灰指甲可防治? (267)
- 为什么要防治颜面的“桃花癣”? (268)
- 为什么人会患白癜风? 白癜风如何防治? (269)
- 什么是美乳化妆品? (271)
- 为什么各个时期的女性要对乳房进行保护?
..... (273)
- 为什么做腰部健美操能使腰部健美? (274)
- 为什么做腹部健美操能使腹部健美? (275)
- 为什么要注意足的保健护理? (276)
- 为什么不能忽视对脚部的护理? (278)
- 为什么要塑造美丽的双腿? (279)
- 经期如何美容? (281)
- 体型消瘦的人如何健美? (282)
- 为什么会产生身体异味,如何清理? (284)
- 什么是狐臭? 如何防治? (286)
- 什么是医学美容学? (287)
- 为什么超声波能美容? (289)
- 为什么超微电流能除皱? (290)
- 什么是美容胶原? (291)
- 为什么理疗能护肤美容? (292)

- 什么是激光美容? (294)
- 什么是气功按摩美容术? (295)
- 什么是香氛美容? (297)
- 什么是音乐按摩美容疗法? (298)
- 什么是淋巴引流按摩美容法? (299)
- 什么是自然美容疗法? (301)
- 什么是水美容? (302)
- 为什么药物对美容和形体有影响? (304)
- 为什么菠菜有养颜嫩肤功效? (305)
- 什么是新一代美容电器? (306)
- 怎样根据面色安排食疗? (308)
- 为什么护肤会产生一些常见的错觉? (310)
- 中医美容有哪些类别? (312)
- 什么是中医美容? (313)
- 为什么中医美容与其他学科关系密切? (315)
- 中医美容有哪些特点? (316)
- 什么是粉刺? 是怎样形成的? 如何防治? (319)
- 为什么中医的方法能对粉刺进行治疗? (321)
- 什么是雀斑? (323)
- 为什么黄褐斑可及时防治? (323)
- 什么是皮肤色素斑? (324)
- 什么是痣? (326)
- 为什么会产生黑眼圈? 怎样养护? (327)
- 什么是纹眉术? (328)
- 为什么中老年人美容要纹眉? (329)

- 为什么不理想的眉型、眼线和唇线可以消除?
应采取什么方法? (331)
- 什么是双眼皮成形式? 怎样做双眼皮手术?
如何选择双眼皮手术? 术后怎样护理? (332)
- 什么是眼袋? 出现眼袋怎么办? (335)
- 为什么眼部疤痕能治疗? 怎样治疗眼皮的疤痕、
上睑下垂和眼睑外翻? (337)
- 什么是电眼睫毛? (338)
- 什么是纹眼线? (340)
- 为什么纹身有危害? (341)
- 为什么会产生皱纹? (342)
- 为什么会颜面晦暗、粗糙? (344)
- 为什么皮肤会衰老? 怎样预防? (345)
- 什么是当代体形美的标准? (347)
- 什么是健美的标准? (348)
- 为什么耳朵畸形可以手术? 如何手术治疗?
..... (349)
- 为什么可以人造酒窝? (352)
- 为什么常见的畸形鼻能进行手术治疗? (353)
- 为什么皮肤磨削术可治疗痤疮疤痕? (354)
- 什么是乳房美的标准? (355)
- 为什么隆乳术能够隆胸? (357)
- 为什么要进行乳房保健? (358)
- 为什么要正确地使用乳罩? (359)
- 为什么有的女孩乳房发育不良? (361)

- 为什么胸部锻炼可使女性乳房丰满挺拔? (362)
- 什么是脱毛? (364)
- 为什么有时女性会长胡子? 该怎么办? (365)
- 为什么用医学方法能延缓和消除皱纹? (366)
- 为什么不同年龄期的女性护肤饮食有不同的要求?
..... (368)
- 为什么太阳辐射对人体健美有影响? (369)
- 为什么皮肤在冬天皴裂? 怎样防治? (371)
- 为什么用化妆品能延缓皮肤衰老? (371)
- 为什么要进行头发护理? (373)
- 洗发用品是怎样分类的? 什么是固体洗发剂?
..... (374)
- 香波有什么作用? 如何选用? (375)
- 什么是发乳? (377)
- 什么是发蜡? (378)
- 什么是生发水? (379)
- 什么是焗油? 如何操作? (380)
- 为什么洗发护发用品会引起不良反应? (381)
- 什么是美发用品? (381)
- 什么是摩丝? 如何使用? (384)
- 什么是定型喷发胶? 怎样使用? (386)
- 什么是定型发膏? 如何使用? (387)
- 什么是整发剂? (388)
- 如何选择、使用整发用品? (389)
- 为什么整发用品会引起不良反应? (390)

- 什么是毛发拉直剂? 如何使用? (392)
- 为什么化学毛发拉直剂会引起不良反应? (394)
- 为什么说烫发也是美发? 如何烫发? (395)
- 什么是化学烫发? 怎样选择冷烫精? (396)
- 为什么烫发剂会引起不良反应? (397)
- 什么人不宜烫发? (398)
- 染发剂有哪些? (400)
- 什么是暂时性染发剂? (400)
- 什么是半永久性染发剂? 怎样使用? (401)
- 什么是永久性染发剂? (402)
- 什么是金属染发剂? (404)
- 染发前需要哪些试验? (405)
- 什么是头发漂白剂? (407)
- 为什么染发剂会引起不良反应? (408)
- 为什么头发与营养有关? (411)
- 为什么科学梳理头发有利于美发? (411)
- 为什么美发要讲究梳理工具和方法? (413)
- 什么是正确的洗头方法? (414)
- 为什么护发素不能使头发柔弱? (416)
- 为什么美发要做发型? 各种发型的特点是什么?
..... (417)
- 为什么使用化学方法可染烫头发? (418)
- 为什么染发剂不可长久使用? (419)
- 为什么染发可美化? 如何染发? (420)
- 为什么芝麻与何首乌可以美发? (422)

- 为什么要根据不同季节护发? (422)
- 怎样烫发及保护发型? (424)
- 怎样梳理发帘和直发? (424)
- 为什么美发要选择适宜的发型? (426)
- 为什么假发也讲究使用和保养? (428)
- 怎样梳理卷发? (429)
- 为什么人会起头皮屑? 养护方法是什么? (431)
- 头部按摩的基本方法是什么? (432)
- 怎样才能使毛发保持健康? (434)
- 为什么美发要保护头皮和头发? (436)
- 为什么夏日护发更重要? (437)
- 为什么会脱发? 脱发如何防治? (441)
- 为什么头发会干枯? 怎样养护? (443)
- 为什么食疗和民间验方可治疗毛发早白? (445)
- 为什么会发生斑秃? 怎样防治? (447)