

李子豪 主编

我也会处理痘痘，但只限于消毒灭菌；我也会使用美白产品，但更注重安全第一，因为健康护肤，接受它偶尔的不完美是最基础的美容理念。我也关注大牌产品，但只限于实用精品；我也会间歇性长草拔草，但更注重理性消费，因为适合自己，不求最贵只求最好是最推崇的消费理念。



现代生活
实用丛书

美容 保健

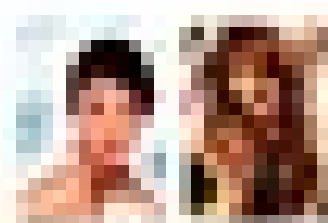
◆ 密码 ◆



延边人民出版社

[illegible]

美区保健





现·代·生·活
实用丛书

美容 保健

◆ 密码 ◆

李子豪 主编



延边人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

现代生活实用丛书 / 李子豪 主编. —延吉:延边人民出版社,
2006. 12(2007.7 修订)

ISBN 978-7-80698-830-5

I. 现… II. 李… III. 家庭—生活—知识 IV. T976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 001730 号

现代生活实用丛书

(美容保健密码)

作 者: 李子豪

责任编辑: 申明仙

出版发行: 延边人民出版社

(吉林省延吉市友谊路 363 号, <http://www.ybcbs.com>)

印 刷: 三河冠宏印刷装订厂

开 本: 787 × 1092 1 / 16

印 张: 63

字 数: 900 千字

印 次: 2007 年 7 月修订 2008 年 12 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-80698-830-5

定 价: 288.00 元 (全九册)

Contents 目 录



Part1 美容准备篇 1



Part2 上好你的底妆 7



Part3 上好你的眉妆 21



Part4 打造你的慧眼 29



Part5 超级立体美唇 45



Part6 打造超级气色 59

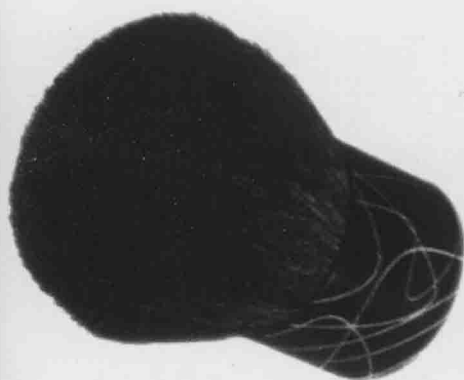


Part7 超人气妆容篇 71

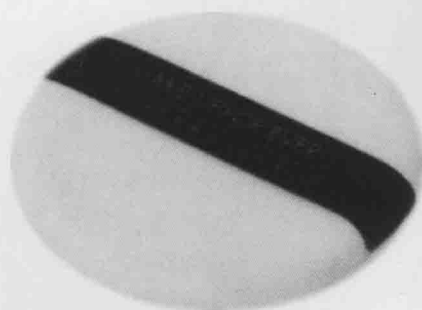


Part8 超人气面膜篇 89

Part 1



美容准备篇



美丽肌肤的 隐形防护衣

妆前修饰霜,就是一般的“润色隔离霜”,其主要的功能原本在于阻挡脏空气、隔离紫外线,但随着美妆保养研发技术的精进,市面上对产品的需求,逐渐成为多功能性,即润色防晒、修饰瑕疵和平滑肌理等,一应俱全。

★利用各色饰底乳轻松调整肤色★

肤色特征	敏感泛红	蜡黄黯沉	肤色不均匀	惨白无血色
色系选择	●绿色	●紫色	黄色	粉红色
改善效果	可遮盖两颊泛红或痘痘	可中和偏黄的肤色,让脸色看起来更健康	调整全脸的肤色不均,并可遮盖黯沉眼圈	矫正苍白肤色,营造脸蛋的红润感

推荐
产品

润色饰底品



●ettusais 魔法调色露 (黄;无油分)

运用色泽及光线控制效果,将肌肤的泛红现象完美修饰。
无油分的水嫩使用感,可修饰肤纹,保持湿润。



●ettusais 魔法调色露 (珍珠色)

闪闪发亮的珠光及透明感,呈现透亮质感的肤色调饰底妆。
预防泛油光、黏腻及脱妆等现象。



●ettusais 魔法调色露 (白)

具适度的融合感,创造明亮立体妆效的调饰底妆。
预防泛油光、黏腻及脱妆现象,并可避免多余皮脂的不良影响。



●ettusais/ 药用豆寇美白防晒 隔离霜 (湿润型)

SPF24 PA++ 非化学性 UV 防御配方,可预防紫外线伤害,添加维生素 C 成分持续美白,防水、防汗、防皮脂,预防痘痘生成,无油分霜状质地,即使是干燥肌肤,也能提升上妆与持妆力。

缺水干燥肌

小心!皮肤缺水可是会使肌肤提前老化、松弛、产生皱纹,而要将肌肤维持在最佳状态,“油水平衡”可是首要课题。

★保湿与滋润双管齐下★



1 洗净清洁

不管天气多么寒冷,千万不能用超过体温的热水洗脸,长此下去会造成皮肤毛孔的扩张,造成脸部松弛,产生皱纹。

不只肌肤要保湿,体内也要补充大量的水分,由内而外彻底饱水,才能促进肌肤自我代谢的台巨力。

2 锁水保湿



这类肌肤通常看起来干涩、紧绷且伴随有脱皮的现象,所以补水后要立刻涂乳液或乳霜,才能锁住水分。



3 加强滋润

要点

只要水妹妹

“按摩+面膜”是干妹妹必学且容易做到的保养方法,一日数次的按摩,可促进血液循环,面膜中的成分也能更有效地吸收至肌肤底层。

脆弱敏感肌

肤质的状况没调理好,即使再厚的妆也无法展现自信迷人的面容,想让肌肤看起来紧致、有光泽且有弹性吗?那就快一步步跟着来保养吧!

★舒缓保湿水嫩不求人★



1 洗净清洁

脆弱敏感的肌肤通常角质层较薄,容易看得到血管壁,太用力搓揉容易造成脸颊红肿、发炎,所以清洁时动作一定要轻柔。

可使用具有镇静、舒缓功效的敏感型肌肤精华液,以增加肌肤的耐力与保护力。

2 舒缓肌肤



3 局部保湿

敏感性肌肤在洗脸后需针对干燥的部位,选用低敏性的保湿产品或修护乳液,以避免刺激。

要点

不要使用粗糙会磨损肌肤的产品(如去角质产品内含磨砂颗粒),还应避免过度暴晒于阳光下。

混合偏油肌

肌肤总是分泌过多油脂，讨厌老是油光满面的感觉吗？其实，调理油性肌肤的重点在于保湿，保湿是水，而并非油，所有类型的肌肤都需要水分来滋养，尤其偏油性的更需要获得平衡。

★去油卡脏 彻底清洁不手软★



1 彻底清洁

油性肌肤的保养重点在于清洁，但洗脸一天最好不要超过三次，否则不只洗去油腻污垢，还会越洗越干燥，造成肌肤分泌油脂更加旺盛。

混合性肤质通常伴随有毛孔粗大、鼻头长粉刺的困扰，所以针对字部位要使用有控油效果的产品，两颊拍上有收缩毛孔功能的化妆水即可。

2 收敛毛孔

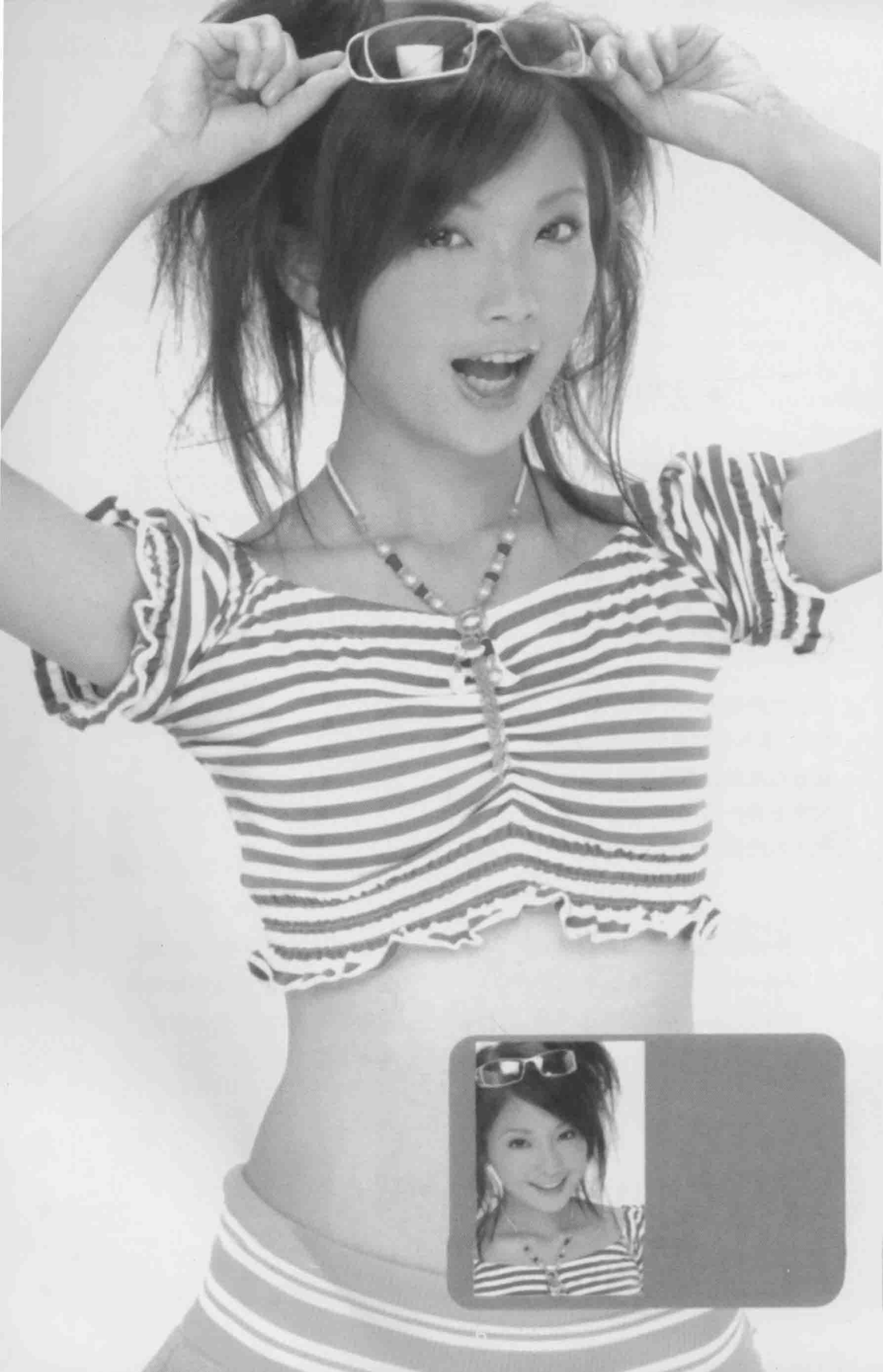


3 保湿修护

切记要挑选完全不含油脂成分的保湿产品，并适时地替肌肤补充所需水分，防止老化，保持柔嫩与清爽。

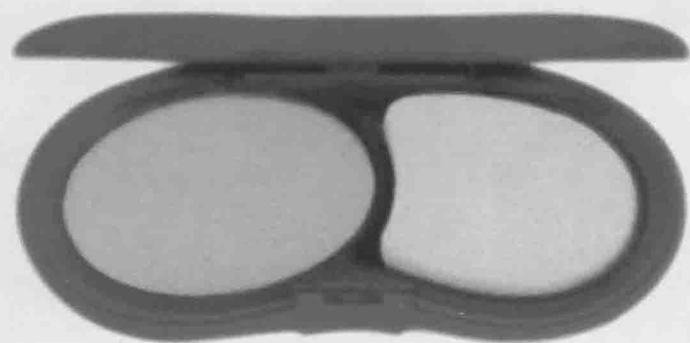
要点

很多美眉因为怕肌肤分泌过多的油脂，所以勤于洗脸或过度地去角质，这样脸反而会越洗越油，形成粉刺造成肌肤更多的负担。



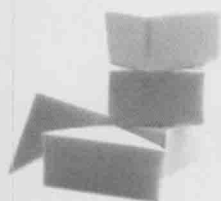
Part 2

上好你的底妝

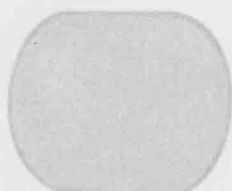


好用的 粉扑·刷具 大公开

为了节省时间与使用方便而习惯用指腹上粉底液的美眉快看过来! 你可知道用手指上妆很容易留下难看的指痕或因涂抹不均匀造成脸部的色差,所以一定要用专业的粉扑及粉底刷来上底妆,不仅能让你刷得服帖、上得均匀,而且还可呈现出如陶瓷般的光滑肤质。



●KP 三角形海绵扑 耐洗、耐用、弹性佳, 洗后不变形。

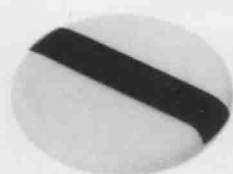


●DHC Q10 粉凝霜 拥有细致、柔软的肤触, 提高粉凝霜与肌肤的贴合度。



●DHC Q10 蜜粉饼 专用粉扑

可沾取适量蜜粉,使底妆更加柔嫩、轻盈且服帖。



●MAKEUPFOREVER 粉扑

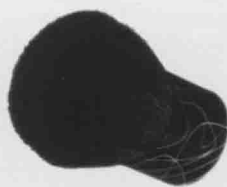
能紧紧地吸附细微的蜜粉,使用触感绝佳。



●M.A.C 时尚小调粉刷 紧实平整的刷毛,不论上蜜粉还是腮红,妆效都均匀薄透。



●M.A.C 时尚粉底刷 能将液状的粉底液完全推展至脸上,妆效薄透均匀。



●benefit 去红部队 蜜粉刷 自然柔软的刷毛,让你掌握既简单又专业的的手法。

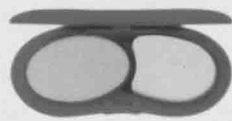


●benefit 粉底刷 适合全脸涂抹或遮盖局部斑点、痘和黑眼圈时使用。

打造零缺点的 完美底妆

脸部妆容的细致与否是美丽的关键,但市面上的底妆产品琳琅满目,不知从何下手。那就依照肤质、保湿度、遮瑕力和完妆感来个底妆品的大评比吧。

	粉饼	粉底液	粉妆条 / 慕司	粉凝霜
基本介绍	看似方便上手,但因同时具有粉底与蜜粉的功效,所以略显干燥,不易涂得漂亮	适合初学者使用,容易涂抹均匀	遮瑕效果最佳,但因质地密实且偏油,有堵塞毛孔的问题	拥有粉状的清爽质感与粉霜良好的遮瑕力,上妆需要些技巧
适合谁	中性肌 / 油性肌 / 混合肌	干性肌 / 中性肌 / 混合肌	干性肌 / 中性肌 / 混合肌	所有肤质
保湿度	★★★★☆☆	★★★★☆☆	★★★☆☆☆	★★★★☆☆
遮瑕力	★★★★☆☆	★★★★☆☆	★★★★★★	★★★☆☆☆
完妆效果	会有粉妆感	妆效最自然	妆感厚重	自然妆容



●COVERMARK 柔纱润 超柔顺触感,与肌肤紧密贴合,不容易浮粉,推抹之间的保湿度与遮瑕力,重充足滋润、长时间维持肌肤的光滑质感。保养后的魔力。

●COVERMARK 草娉婷深层护理粉底液 蕴含 8 种珍贵的中药成分,让你在上底妆的同时,也能感受到肌肤更显滑嫩。

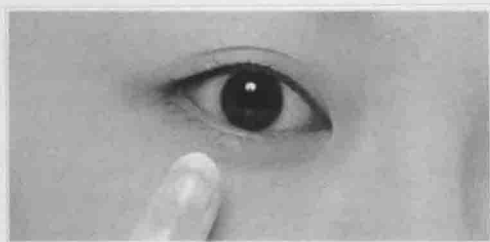
●COVERMARK 粉黛 妆感厚重

●KP 奇妙粉底 自然妆容

基础讲遮瑕讲座

熊猫眼、花花脸通通走开

上粉妆前的遮瑕功课一定要做足,泛黑的眼圈、红肿的痘痘、斑斑点点及粗大的毛孔一律不准出现。要彻底遮盖瑕疵,才能创造出如丝绸般的滑嫩肤质。



熊猫眼 色素沉淀、循环不佳的黑眼圈

●不管你的眼圈是黑的、青的还是紫的,上粉底前的首要任务是先遮盖黯沉的眼圈,切记:要选用比自己粉底颜色浅一色号的遮瑕品。



坑洞肌 毛孔粗大、坑洞疤痕的肌肤

●脸部的皮肤坑坑洼洼,有粗黑的毛孔和细微的皱纹,在上妆前可使用具有收缩毛孔、平滑肌肤的修饰用隔离霜或遮瑕用品彻底填平,提高肌肤与粉底间的贴合度。



● ettusais 毛孔隐形笔
(自然色/透明色)

调整皮脂平衡,同时预防因干燥引起的痘痘问题,提升角质层的抵抗力。



● ettusais 零毛孔保湿粉露
(共7色)

完美遮饰痘痘痕迹或毛孔粗大,平衡红色或黑色痘痘痕迹引起的肌肤色差。



● ettusais 药用豆蔻遮瑕霜(无油分/亮褐色/自然褐色)

利用色泽与光线反射调整出的遮瑕效果,可让泛红、粗黑的痘痘痕迹不再明显。



● ettusais 魔法亮眼修饰霜
(黄褐色/粉褐色)

通过色泽和光线的控制,来彻底修饰眼睛周围的黯沉肌肤和黑眼圈。



● ettusais 魔法调色露(黄)

双层式的局部粉底液,采用调整肤色的方式,不会造成肌肤色泽黯沉。

大女生 & 小女人专属

“美丽自找”新风潮,快进入

“现代 ettusais 痘痘保养时代”吧!

嗨!

你知道吗?

“ettusais”源自法语,是年轻女孩们分享讯息的招呼语,意思是“嗨!你知道吗?”专为 18~25 岁,喜欢自我尝试、重视保养及化妆时的自由感、乐于和朋友分享新信息的大女生 & 小女人而研发的 enusais,带着自由气息席卷年轻的心,温和自然的保养主张,最适合生活在都市丛林中的你,在 enusais 的细心照顾下,不但痘痘不会“强出头”,连痕迹也不敢留下。从呵护肌肤的保养品,到缤纷炫目的彩妆组,在 ettusais 自由空间里,你可以畅所欲选,尽情满足对美丽的渴望。欢迎你一同感受 ettusais 的美丽魔力!



花花脸 雀斑、黑斑及色素分布不均

● 经常熬夜、被阳光照射产生的黑斑及自身的肤色不均,在上粉底前最好先用遮瑕笔或遮瑕霜来修饰斑斑点点及黯淡无光的肌肤,增加妆容的精致度。



泛红肤 容易敏感泛红的双颊与痘痘

● 可选用有抗菌成分且质地清爽的痘痘遮瑕霜或润色饰底乳,不会刺激皮肤,还可遮盖黯沉的痘疤,让痘痘瞬间隐形,还你光泽的肤质。

基础除痘美容 5 步骤

“卸妆→洗颜→保养效果促进液→化妆水→保养粉”5 步骤,全面提升肤质的保养提案,帮助你改善痘痘问题,预防肌肤干燥。

“enusais 药用豆蔻系列”,就像是打开细胞养分通道的钥匙,帮助保养成分顺畅地被体内吸收,优质的渗透促进效果,具有可溶于水油两者的特性,迅速软化并与角质层结合,再与同系列化妆水或精华液结合,进而促进调理与保湿成分充分渗透到肌肤中,让你轻松抗痘免烦恼。



● ettusais 药用豆蔻遮瑕霜(无油分)



● ettusais 魔力细肤细致霜



● ettusais 魔法调色露(黄)(无油分)



● ettusais 豆蔻美白防晒隔离露(清爽型)