

臭美女孩 冲冲冲

妙招美容

温太 绘

哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE



一本关于时尚达人
的美容嘉年华，
一本让你“绝对给力”
的“美容盛宴”！



史上无敌的面膜心法！

一场明星和“草根”的混搭秀！

植物大战美容僵尸。

拒绝凡客，不要浮云，你就是美容大王！

臭美女孩



妙招美容

湿太 编绘



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

臭美女孩冲冲冲：妙招美容 / 湿太编绘. — 哈尔滨：哈尔滨出版社, 2011.5
ISBN 978-7-5484-0510-8

I. ①臭… II. ①湿… III. ①女性 - 化妆 - 基本知识
IV. ①TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 037705 号

书 名:臭美女孩冲冲冲——妙招美容

作 者:湿 太 编绘
责任编辑:富翔强 魏英璐
责任审校:陈大霞
装帧设计:王 娜

出版发行: 哈尔滨出版社(Harbin Publishing House)
社 址: 哈尔滨市香坊区泰山路 82-9 号 邮编: 150090
经 销: 全国新华书店
印 刷: 哈尔滨报达人印务有限公司
网 址: www.hrbcbbs.com www.mifengniao.com
E-mail: hrbcbbs@yeah.net
编辑版权热线: (0451)87900272 87900273
邮购热线: (0451)87900345 87900299 87900220(传真)
或登录蜜蜂鸟网站购买
销售热线: (0451)87900201 87900202 87900203

开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 12 字数: 50 千字
版 次: 2011 年 5 月第 1 版
印 次: 2011 年 5 月第 1 次印刷
书 号: ISBN 978-7-5484-0510-8
定 价: 28.00 元

凡购本社图书发现印装错误, 请与本社印制部联系调换。

服务热线: (0451)87900278

本社法律顾问: 黑龙江佳鹏律师事务所



第一章 卸妆



最省钱有效的卸妆术

..... 002

眼部如何卸妆

..... 006

橄榄油卸妆

..... 010

正确选择卸妆用品

..... 011

如何轻松卸粉底

..... 012

洁面卸妆一次过

..... 014

教你眼唇卸妆正确手势

..... 016



卸妆油的错误使用方法

..... 019

卸妆油的正确用法

..... 020

寻找每天卸妆的4个理由

..... 021

别样清洁

..... 025

净肤棉的使用方法

..... 027

卸妆彻底洁面的秘籍

..... 028

唇部卸妆DIY

..... 031



两种缺水肌肤正确保湿法 037

六个最容易被忽略的保湿部位 035

六步穴位按摩拯救你的眼袋 041

秋天补水不能错过的蔬菜 047

肌肤保养九大误区 048

让身体肌肤水灵灵 057

冬季护肤五步曲 058

第二章 保湿

037



第三章 美白

067



美白只需一分钟 064

三款自制面膜 066

红酒蜂蜜面膜 069

秋季美白 070

夜间美白牢记五要点 071

牛奶美肤嫩白术 076

秋天美白效果最佳 080

大S美白术 087

摆脱黄脸婆关键要分清类型 087

长斑的“MM”要注意的事 090



第四章 祛痘

092



老中医教你三个祛痘方法 097

祛痘妙招 099

自制胡萝卜祛痘面膜 100

草莓祛痘面膜法 101

神秘祛痘秘方 102

诱发痤疮的几类食物 104

芦荟伏特加祛痘面膜 105

除痘牢记四要点 106

治疗痤疮的七大偏方 110

痘痘与健康隐患 116

大蒜绿豆祛痘面膜 122



香薰

第五章

124

三种香薰精油的使用方法 125

八种食疗让你变香香公主 128



香水的保存方法 136

看场合涂香水 138

星座香氛 140

办公室红人用香 152



第六章 控油

156



控油知识对错知多少? 157

控油补水面膜 160

夏季控油小知识 161

吸油面纸的种类有哪些? 167

睡前一片 拒绝油光 169

用盐控油 170

控油——从早晨开始 171

你有不良控油习惯吗? 174

错误去黑头方法 177

消灭黑头七大完美攻略 178

蛋白绿豆粉面膜 185

西红柿柠檬面膜 186



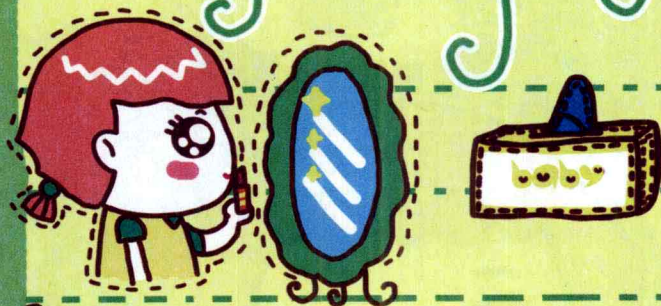
卸妆

第一章

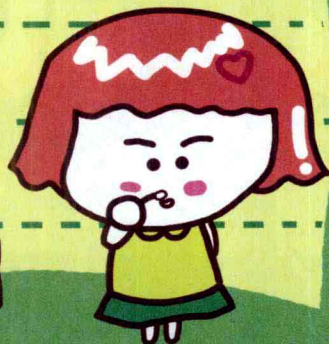
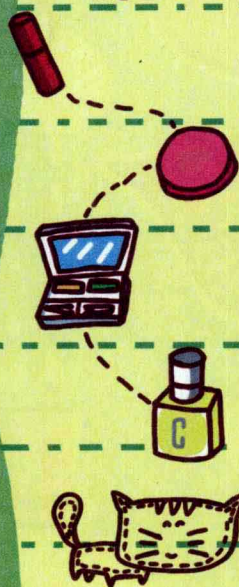


最省钱有效的 卸妆术

1. 用婴儿润肤巾卸除淡妆。



如果你一直习惯化淡妆并不需要用专门的卸妆品。市面上有很多材质优良的婴儿润肤巾，不仅性质温和还不刺激，用它来卸妆效果非常不错，你在卸妆的同时也滋润了肌肤。



2. 用透明润唇膏卸除珠光眼影、唇膏等。



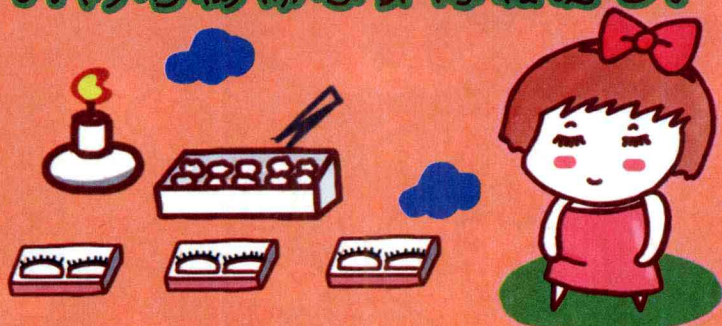
透明润唇膏非常滋润，
完全可以让你把这些
彩妆卸干净。



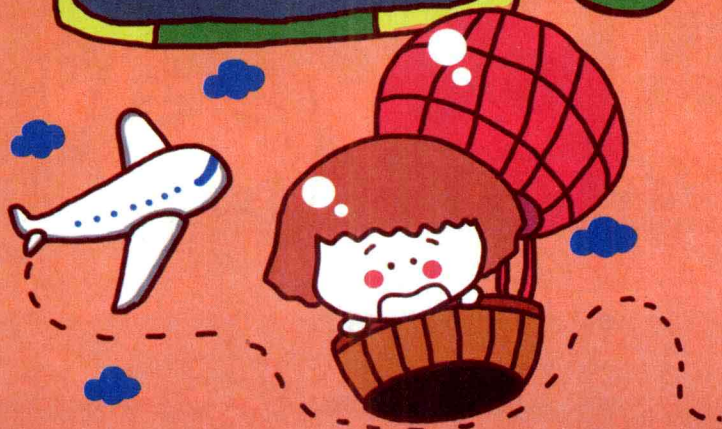
你只需用棉签蘸点儿透明
润唇膏，轻轻擦拭眼睛周
围或是唇部，轻松卸妆的
同时又不会伤害眼周和唇
部娇嫩的肌肤。



3. 用酒精棉球卸除假睫毛。



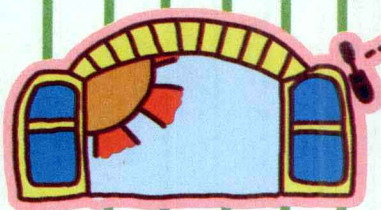
假睫毛贴起来好看，能让你的眼睛瞬间变大且电力十足，可是卸起来却不是那么容易的。别担心，用棉球稍微蘸些被稀释过的浓度较低的酒精，擦拭于粘胶处，再用手指按住外眼角皮肤，由内向外轻轻揭下假睫毛即可。



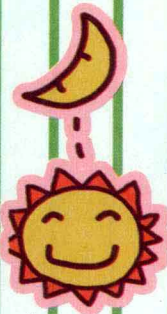


4. 用润肤乳卸浓密睫毛妆。

喜欢浓密卷翘妆效的“美眉”，刷睫毛膏时总会一次又一次地涂刷，直到睫毛变得很硬，刷不动为止。



殊不知，这会给你卸除睫毛妆带来不小的麻烦，晚上卸妆时，睫毛早已变得硬邦邦的。这时你可以用棉签蘸取少许润肤乳涂在睫毛上，一会儿睫毛就会恢复到柔软的状态。

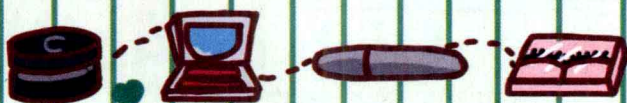


眼部如何卸妆

No.

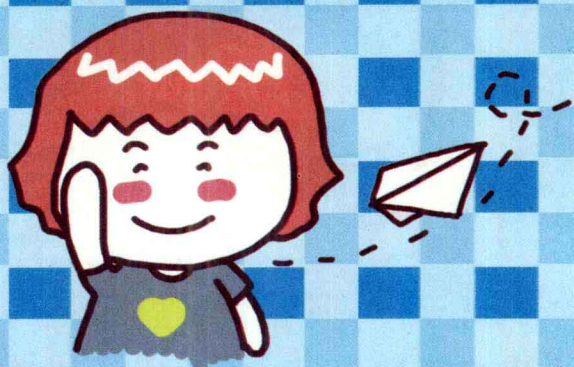


因为眼部娇嫩的肌肤集眼影、眼线、睫毛膏于一身，如不彻底清除眼部彩妆会造成眼周肌肤黯淡无光泽；



日积月累就会形成黑眼圈等不良后果。所以掌握正确的卸除眼妆的方法对爱美的你来说至关重要！





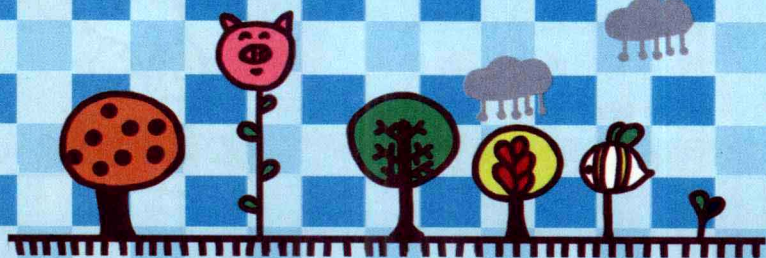
Step1

将卸妆液倒在化妆棉上：
将3毫升左右的眼部卸妆液倒在化妆棉上，待其充分吸收。



Step2

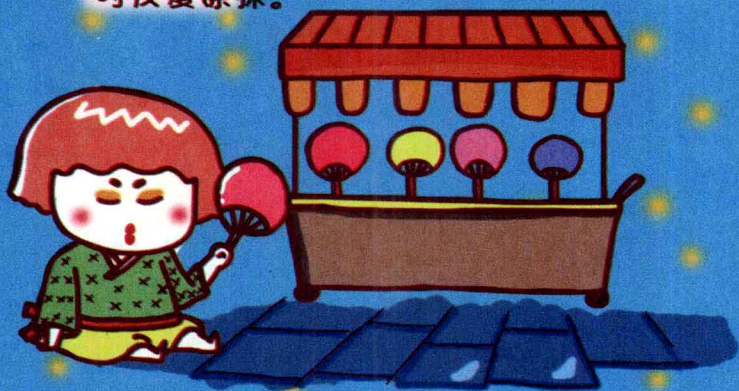
将化妆棉轻敷在眼部：
化妆棉轻敷在眼部，并用中指与无名指沿眼部弧度轻轻按压，使卸妆液完全溶解眼部彩妆。





Step3

用化妆棉轻拭眼部：
用化妆棉沿眼部弧度
擦拭。手的力度要轻，
可由内眼角向外眼角
轻轻擦拭眼周。擦拭
时反复涂抹。



Step4

用化妆棉卸除睫毛膏：
将蘸有卸妆液的化妆棉
放在下眼睑处，并用棉
棒顺着睫毛生长的方向
仔细清除睫毛膏。





Step5

用棉棒卸除眼线与彩妆残留物：将上眼睑轻轻提起，用棉棒沿睫毛根部轻轻擦掉眼线及细微的眼部彩妆残留物。



橄榄油卸妆

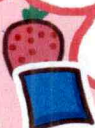
卸妆步骤：



化妆棉，

质地一定要好哦~

非常柔软的那种~

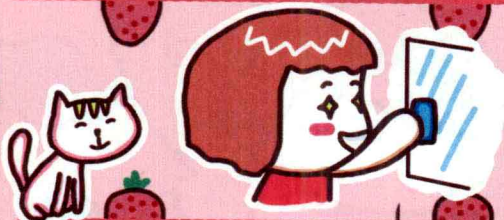


1. 用几滴橄榄油润湿化妆棉。



2. 橄榄油卸脸部，顺着毛孔擦，

粉底液和脏东西都会被擦掉。



3. 脸部卸妆，大概需要3片化妆棉，

最后用一片干净的将脸部擦净。