

<<本草养颜>>

图书基本信息

书名：<<本草养颜>>

13位ISBN编号：9787204106608

10位ISBN编号：7204106601

出版时间：2011-1

出版时间：内蒙古人民出版社

作者：万象文画编写组 编

页数：310

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<本草养颜>>

### 内容概要

真正的美丽源于自然，身体由内而外的健康。

怎样把自己的身体调养得自然健康呢?在我们四处寻找养颜秘笈的时候，不要忘记历经几百年历史而长盛不衰的《本草纲目》。

《本草纲目》不仅仅是一部药典，在书中，你会发现李时珍用了二十六年时间踏遍千山万水，耗尽一生精力写成的《本草纲目》就是一部养颜抗衰老的百科全书。

<<本草养颜>>

书籍目录

1养颜从调节气血开始白芍当归龙眼肉阿胶天麻茯苓薏苡仁川乌头川芎丹参人参牛黄白僵蚕桑寄生地榆白茅根芥菜苕麻根茜草根党参蒲黄黄芪鹿茸熟地黄枸杞子葡萄束南瓜木瓜大豆香蕈莴苣芋桃鸡鸽羊生鲤鱼鲫鱼黄精木香鹤鹑苏木黑木耳猪血鹿尾&hellip;&hellip;2排出毒素，做一个&ldquo;无毒&rdquo;美人3驱寒散热，让身体更轻松4明目安神养颜润发5&ldquo;女人问题&rdquo;好解决

<<本草养颜>>

章节摘录

版权页：插图：

## <<本草养颜>>

### 编辑推荐

《本草养颜》：李时珍的《本草纲目》不仅仅是一部药典，更是一部养颜抗衰老的百科全书。  
《本草养颜》选编了这部典籍中的部分养颜方法，值得大家学习借鉴。

<<本草养颜>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>