

<<10分钟美白DIY>>

图书基本信息

书名：<<10分钟美白DIY>>

13位ISBN编号：9787530431276

10位ISBN编号：7530431277

出版时间：2005-6

出版时间：北京科学技术出版社

作者：施莉莎

页数：136

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>

<<10分钟美白DIY>>

内容概要

用最自然纯净的中药材，最温和舒缓的芳香精油，做成最适合自己的面膜，家居美容，原来可以这么简单哦！

专业的中医师、职业的美容顾问施莉莎女士用DIY的方式，教你制作最IN、最有效、最实用的护肤产品，让你自己做自己的皮肤护理顾问！

每天花10分钟（精油+按摩），休息日花半小时（面膜+精油+按摩），不仅可使皮肤美白细嫩，更能让您青春永驻，容光焕发。

<<10分钟美白DIY>>

作者简介

施莉莎，女，1961年生。

1983年中医学院毕业，后又在中医研究院进修。

现任台湾针灸学会教授，并在台北大同社大、淡水社大等台湾的多所大学任教，兼任台中元圣、台中德谷、台北恒丽等台湾多家化妆品公司的教育顾问。

<<10分钟美白DIY>>

书籍目录

Part 1 中药面膜 第一节 美白嫩肤中药 第二节 活血淡斑中药 第三节 清热除痘中药 第四节 凉血抗敏中药 第五节 除皱抗老中药 第六节 清爽控油中药 第七节 祛风止痒中药Part 2 芳香精油 第一节 关于精油 1.精油的种类 2.植物精油的浓度 3.植物精油的品质 4.精油的价格 第二节 用于脸部的单方精油 1.美白淡斑的单方精油 2.消炎除痘的单方精油 3.抗敏退红的单方精油 4.紧实除皱的单方精油 5.清爽控油的单方精油 6.祛风止痒的单方精油Part 3 中药精油面膜DIY 第一节 复方美容精油DIY 1.美白护肤精油 2.淡斑除皱精油 3.清痘消炎精油 4.眼部保养精油 第二节 中精油面膜DIY 1.美白护肤面膜 2.控油清痘面膜 3.淡斑亮肤面膜 4.抗老除皱面膜 5.家庭综合面膜Part 4 穴位按摩DIY 第一节 与美容相关的穴位 1.头面部穴位分布 2.背部穴位分布 3.腹部穴位分布 4.上肢穴位分布 5.下肢穴位分布 第二节点-线-面脸部按摩 1.第1条线 2.第2条线 3.第3条线 4.第4条线 5.第5条线 6.眼部路线 7.额头路线 8.结束路线 第三节点-线-面身体按摩 1.背部路线 2.腰部路线 3.腹部路线 4.上肢路线 5.下肢路线

<<10分钟美白DIY>>

章节摘录

插图：

<<10分钟美白DIY>>

编辑推荐

<<10分钟美白DIY>>

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>