第一图书网, tushu007.com

<<中医美容调理>>

图书基本信息

书名：<<中医美容调理>>

13位ISBN编号：9787535954725

10位ISBN编号：7535954723

出版时间：2012-2

出版时间：广东科技出版社

作者：林政宏，谈慧，高丽　编著

页数：136

字数：100000

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《中医美容调理：让你轻松学习中医精华的入门书》以中医专业知识为基础，分析身体状况对容颜状况的影响，然后提出有针对性的调理方案。
书中还介绍了对美容有特别效果的中药食谱和方剂，用后让你容光焕发，光彩照人。

<<中医美容调理>>

书籍目录

第1章　中医美容的基本概念
1中医美容具有哪些优点?
2气、血、津液对美容有哪些影响?
3中医美容认为肝、心、脾、肺、肾五脏，分别扮演什么角色?
4面色容易枯槁暗黄，精神萎靡，这是什么原因?
5面部皮肤失去光泽，毛发干枯，这是什么原因?
6面部皮肤浮肿，眼睑浮肿，黑眼圈，毛发容易变白或枯黄、脱落，这是什么原因?
7爪甲容易枯薄而脆裂，眼睛干涩模糊，这是什么原因?
第2章　子解食物的特性
1食物的营养对美容有什么贡献?
2米谷类食物具有哪些功效?
3蔬果类食物具有哪些功效?
4肉类食物具有哪些功效?
5各类营养成分对美容有什么影响?
6什么是食物的四性五味?
7酸、苦、甘、辛、咸五味，各有什么特性?
第3章各类体质的调养方法
第4章头发的常见问题
……

第一图书网, tushu007.com

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