

<<最新版芳香精油图鉴>>

图书基本信息

书名：<<最新版芳香精油图鉴>>

13位ISBN编号：9787540757335

10位ISBN编号：7540757337

出版时间：2012-6

出版时间：漓江出版社

作者：佐佐木薰监修

页数：223

字数：130000

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>

## <<最新版芳香精油图鉴>>

### 内容概要

精油已经被越来越多的人所喜爱，成为健康、时尚的生活方式不可缺少的一个元素。如何正确地使用精油，也是更多的人关注的话题。

本书列举了118种常见的精油和30种基础油，从精油原料植物的产地、特征，芳香类别、对人体的作用、使用注意事项，以及配合使用精油等方面，进行了最详细、最实用、最系统的介绍，带大家进入神奇的精油世界，深刻感受精油的无限魅力。

<<最新版芳香精油图鉴>>

作者简介

佐佐木熏，AEAJ认证的精油专家。

生活之木股份有限公司企划开发经理。

作为生活之木Herbal Life

Colloge以及其他各种文化学校、社会讲座的讲师，参加各种活动，讲演精油的享受方法、专业知识等广泛内容。

主要作品有《精油与草药的教科书——身心一起变美丽》、《佐佐木熏的精油生活》、《DVD简单易懂初次使用精油》、《草药茶百科辞典》、《草药&精油百科95种——品尝制作享受香氛》等

## <<最新版芳香精油图鉴>>

### 书籍目录

序篇 作用于心灵与身体的芳香疗法  
什么是芳香疗法？

香味如何发挥功效？

什么是精油？

香味的特征

精油的选购方法

精油的保存方法及使用注意事项

Column1 婴儿按摩，你了解吗？

Part 1 精油图鉴

column2 关注芳香蒸馏水

Part2 流行基础款精油 操作简单的调配方法

column3 尝试参加芳香疗法鉴定吧

column4 来尝试与芳香疗法相关的工作吗？

Part 3 针对身心各种困扰 精油活用图鉴

Part4 基础油&固体油 图鉴

Part5 芳香疗法的享用方式

准备齐全就可方便操作的 工具&材料

精油含有的芳香成分及其特征

关于精油作用的解释

## <<最新版芳香精油图鉴>>

### 章节摘录

版权页：插图：葡萄柚精油 酸甜清爽的柑橘类别的香味。

像它的学名“乐园柑橘类”一样，香味带来阳光乐园般的氛围。

从1930年开始作为商品生产，历史不是很长。

香味可以促进一种荷尔蒙的分泌，此种成分有助于血液循环、分解燃烧体内脂肪。

如今在各种饮料、食品、瘦身产品中使用。

刺激淋巴促进废物排出，可以预防浮肿、减少脂肪团，此功效也经常用做精油按摩。

还有很好的除臭和抗菌作用，可用在芳香浴、足浴、喷雾中来应对汗液异味。

除了从果皮中压榨精油，对果皮和果肉一起使用蒸馏法也可提取精油，但后者的成分中没有了光毒性。

学名 Citrus paradisi 科目芸香料 主产地以色列、美国、巴西 提炼方法对果皮进行压榨法处理 香味特征柑橘类别/葡萄柚果实的原味。

没有橘子的香味那么浓厚，较为清爽。

挥发度强 香味强度中~强 主要特征对心情的作用 提高情绪、唤醒活力福。

改变消沉的心情，恢复精神。

对身体的作用 促进体内脂肪燃烧，利尿。

有除臭剂功效，可以抑制汗液的味道。

对肌肤的作用 收紧肌肤，提升新陈代谢功能。

使用方法 作为消除浮肿的按摩油使用。

芳浴按用途 强化免疫功能、增加内脏机能、促进消化、利尿、去除皮下脂肪、消除水分淤积、抗抑郁、健体、消除炎症、促进血液循环、除臭、灭菌 适合搭配的精油 依兰精油、洋甘菊精油、天竺葵精油、薄荷精油、佛手柑精油、薰衣草精油、玫瑰精油 使用注意事项 具有光毒性，使用后请避免日光直射。

对皮肤具有刺激性，需注意使用剂量。

<<最新版芳香精油图鉴>>

编辑推荐

佐佐木熏监修的《芳香精油图鉴(最新版)》是最新版、最翔实、最清晰、最美丽的精油图鉴。《芳香精油图鉴》从特征、生产地到使用方法等方面对118种常见的精油进行了详细的介绍。让读者更细致，更深入的了解这一健康，时尚的生活元素。

<<最新版芳香精油图鉴>>

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>