

<<美容美体>>

图书基本信息

书名：<<美容美体>>

13位ISBN编号：9787506758758

10位ISBN编号：750675875X

出版时间：2013-2

出版时间：中国医药科技出版社

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>

## <<美容美体>>

### 书籍目录

一、何谓美容 二、指压美容美体的特点 三、指压美容美体的范围 四、指压美容美体的理论基础 五、经络腧穴理论在指压美容美体方面的应用特点 六、面部美容的常用穴位 七、面部指压按摩方法 八、色素代谢障碍类损容性疾病的指压治疗 九、毛发类损容性疾病的指压治疗 十、损容损形相关疾病的指压疗法

## &lt;&lt;美容美体&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：爱美之心人皆有之，古今中外没有例外。

大量的古代文物和文献说明从远古石器时代，古人就已经有了美容和形体的工具、饰物及多种方法。随着社会的发展，美容美体的手段日趋丰富多样化，人们不仅把美作为本能的追求，而且逐渐成为一种礼仪上的需要。

现代社会，人们对美的要求越来越高，并且把对美与健康的要求统一起来，追求健康的美、科学的美、自然的美。

指压美容美体疗法主要是通过刺激相应的腧穴，激发经络对人体的良性调节作用，使其既能调整人体内在的机能状态，同时又能改善局部血液循环，恢复正常，从而达到美丽又健康、既健又美的目的。

指压美容就是从中国传统医学的整体观念出发，以指压方法为手段，通过对局部皮肤及穴位的刺激，达到养护皮肤，美化容颜，延缓衰老，治疗面部皮肤病为目的的一种方法。

具有简便易行，安全可靠，效果明显，适应症广等特点，外能美容，内能调节组织器官功能，促进皮肤新陈代谢，可保健强身，增强体质，美容养颜。

从根本上解决了皮肤老化的问题，是中医美容的一大特色。

指压美容在某些方面完全可以与现代化妆品和整形术等现代美容术相媲美。

充分显示出指压美容优越性和实用性的特点。

指压美容对于治疗黄褐斑、痤疮、扁平疣、老年斑、脱发等有显著效果。

指压美容没有绝对禁忌症，同任何疗法适当配合都能提高疗效。

而指压美容是注重局部皮肤营养而达到效果的西方美容方法，效果更加稳定，持久。

1.美与健康并举，疗效可靠持久 指压的各种治疗方法是以中医基础理论为指导，强调从整体观念出发，针对每一个个体的不同情况，调节平衡，铲除发生损容损形性疾病的内在原因，同时选择适当的方法解决局部病位。

这样，局部与整体结合、内治与外治结合，不仅可以取得明显的、确切的美容美体效果，而且较其他方法疗效更加持久。

当然，值得提出的是，美容美体的同时给人以健康，这更是其他治疗方法所不能做到的。

2.非破坏性治疗，副作用极小 指压治疗方法的目的在于刺激、加强经络，根据人体的机能状况向良性方面调整，因此不会造成对人体功能的破坏。

就其具体操作方法而言，大部分指压方法不破坏人体正常的组织结构。

美容：指压可以改善皮肤粗糙、皮肤色泽晦暗、皮肤松弛、毛孔粗大、面部皱纹、眼袋下垂、鬓发早白、头发稀疏、发质不良等，因此可以达到直接的美容效果。

美体：指压能够有效地减肥、丰乳，改善肌肉松弛、腰粗、臀垂、驼背、斜肩等，因此有明显的美形效果。

治疗损容性疾病：指压可以有效地治疗或改善痤疮、酒渣鼻、黄褐斑、雀斑、老年斑、眼睑下垂、斜视、斑秃、脂溢性脱发、面瘫、面肌痉挛等损容性疾病，因此有间接的美容效果。

治疗损形性疾病：指压治疗中风偏瘫、肌性斜颈、小儿麻痹后遗症、鸡眼、脊柱侧弯、乳房下垂、乳房发育不良等有一定的疗效，最大限度地改善症状，不仅有益于美化形体，也有益于患者生活质量的提高。

其他：指压还可以缓解疲劳、稳定情绪、增强免疫延缓衰老、益智、明目等，可以调节内在和外在，既健又美。

<<美容美体>>

编辑推荐

《图说指压保健:美容美体》携带方便，书中所介绍的指压疗法简便易学，实用性较强。

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>