第一图书网, tushu007.com

<<食疗美容护肤 患者最想知道什么>>

图书基本信息

书名：<<食疗美容护肤 患者最想知道什么>>

13位ISBN编号：9787537719452

10位ISBN编号：7537719454

出版时间：2002-2-1

出版时间：山西科学技术出版社

作者：杨志波,谭金华,米兰,朱晓华

页数：230

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

内容概要

本书以科普的形式介绍了临床常见病及多发病的基本知识、中西药物和食物治疗方法。
力求通俗化、普及化、实用化，使读者“一读就懂，懂了会用，用了有效，安全可靠”。

第一图书网, tushu007.com

<<食疗美容护肤 患者最想知道什么>>

书籍目录

第1章 美容护肤须知
1.什么是生活美容？

2.什么是医学美容？

3.生活美容与医学美容有什么联系与区别？

4.什么是生态护肤？

5.什么叫时序美容学？

第2章 吃治原则
27.饮食与美容有关吗？

28.吃治美容护肤的总的原则是什么？

29.美容护肤对营养素有何要求？

30.为什么要注意饮食的酸碱比例？

31.为什么要注意良好的饮食习惯？

第3章 中医药与美容护肤品
36.什么是中医美容？

37.中医美容有何特点？

38.美容中药的前景怎样？

39.具有抗衰老作用的中药有哪些？

40.常用驻颜美容的方剂有哪些？

第4章 食物疗法
70.饮食为什么能美容？

71.蛋白质与美容有何关系？

72.脂类与皮肤美容？

73.维生素在皮肤美容方面有何主要功能？

74.为什么说水是廉价的美容品？

第5章 饮食疗法

91.美容护肤话食谱
92.常用菜谱
93.常用药酒
94.常用药粥
95.常用饮料
第6章 吃治忌口
100.美容护肤为什么要注意忌口？

101.饮茶有何忌？

102.饮水也有忌？

103.不同类型的皮肤对饮食该如何避忌？

104.蔬菜瓜果的食用有何禁忌？

第7章 其他治疗
108.除吃药、饮食外，还有哪些皮肤美容保健法？

109.何谓面膜美容？
其适应证及注意事项有哪些？

110.适合家庭自制的面膜有哪些？

111.面膜的具体操作方法有哪些？

112.什么叫泥浴美容法？
其功能、具体操作及注意事项包括哪些？

第8章 宫廷美容
123.历史宫廷美容在美容史上有何地位？
特点如何？

124.历代宫廷美容秘方选录

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