

<<精油瘦身美颜魔法>>

图书基本信息

书名：<<精油瘦身美颜魔法>>

13位ISBN编号：9787541820830

10位ISBN编号：7541820830

出版时间：2004-09-01

出版时间：陕西旅游出版社

作者：李淳廉

页数：118

字数：37500

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>

## <<精油瘦身美颜魔法>>

### 内容概要

精油正在流行，走在街上及百货公司，各种精油一瓶瓶等着你挑选，究竟精油为什么如此风行？精油能带给我们什么好处？

琳琅满目的精油那么多，本书教你精明挑选及使用。

基本上，每种精油都有独特之处。

作者在众多复杂的植物精油中，挑选入门精油，以入门的基础复方组合，教你享受多重香精的优点与气味。

善用精油，可以让自己更加美丽、健康。

书中20个精油魔法秘方，让读者以最简单的方法瞬间变美、变瘦，舒适过生活。

书房、卧室、办公室等不同的场合选用不同的精油将会有让人惊奇的成效，而各个星座也有最适合的精油，书里都会一一介绍。

期待借由精油魔法的带领，引领读者走进芳疗殿堂第一步，发现精油的神奇与魅力所在。

## <<精油瘦身美颜魔法>>

### 作者简介

李淳廉，曾任马偕医院内外科临床护理师。  
十年的医护临床经验，八年的精油使用与研究心得，将自身对保健与预防医学概念融入精油的运用。  
机缘下与各方精油先进人士认识，并网罗了对精油有相关研究的专家，开设了“香草魔法学苑”网站。  
因成帮助许许多多的读者摆脱了失眠与

## &lt;&lt;精油瘦身美颜魔法&gt;&gt;

## 书籍目录

序 走进芳疗殿堂 第一步前言 邂逅精油 精油采购诀窍 如何检验精油 来源/产地/品牌/纯度 要怎样测试精油的纯度 采购精油, 请你跟我这样做 精油如何使用?

薰香 传统加热薰香器/负离子扩香器/其它薰香的方法: 纸巾、芳香喷雾器、小陶瓶陶盘、木制随香瓶、泡澡 按摩 如何调制按摩精油/基底油/基底油的种类: 甜杏仁、荷荷巴、葡萄籽油、月见草油、玫瑰籽油..... 精油的按摩疗效 触觉/嗅觉/脸部按摩/身体按摩10大入门精油 薰衣草LAVENDER 柠檬香茅LEMONGRASS 葡萄柚GRAPEFRUIT 檀香SANDALWOOD 迷迭香ROSEMARY 天竺葵GERANIUM 洋甘菊CHAMOMILES 丝柏CYPRESS 杜松莓JUNIPER BERRY 茶树TI TREE精油魔法师 美丽魔法 美颜按摩 深层清洁 战痘魔法 去痘愈疤 对付毛孔粗大 亮眼计划 乌黑秀发 抗屑止痒 丰胸魔法 瘦身魔法: 自制魔鬼瘦身按摩油、纤纤小蛮腰、瘦臀、瘦小腹、瘦小腿、瘦大腿..... 健康魔法 不怕失眠 远离头痛 提神醒脑 治消化不良 舒缓经痛 鼻过敏不再来 减缓肌肉酸痛 驱蚊防虫 防止蚊虫叮咬 轻微外伤玩精油看场所 书房 创意书房/沈思书房/工作书房/功课书房/放松书房 客厅 家庭的中心/宴客气氛 卧房 主卧房: 安眠/主卧房: 催情/小孩房/长辈房或病房 会议室 化解争执/脑力激荡/鼓励发言 办公室 老板: 重心与权威/经理: 冲刺的火车头/员工: 团队气氛玩精油看星座 冲进十足的牡羊座 保守安定的金牛座 能言善道的双子座 温柔顾家的巨蟹座 热力四射的狮子座 细腻敏感的处女座 知性优雅的天秤座 神秘热情的天蝎座 自由奔放的射手座 使命必达的摩羯座 难以捉摸的水瓶座 浪漫多情的双鱼座附录——精油快查表

<<精油瘦身美颜魔法>>

章节摘录

插图

## <<精油瘦身美颜魔法>>

### 媒体关注与评论

书评放眼望去，近年来多数专柜内的商品，也已转向自然界的蔬果植物取材，而这些资源就在我们身边。

且让我们将手边唾手可得的材料，运用在美容保养方面吧！

<<精油瘦身美颜魔法>>

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>