

<<香气王国>>

图书基本信息

书名：<<香气王国>>

13位ISBN编号：9787501987023

10位ISBN编号：7501987025

出版时间：2012-7

出版时间：中国轻工业出版社

作者：陈为圣

页数：192

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>

<<香气王国>>

前言

回想二十年前 回想二十年前，那时代理国外几个品牌的化妆品，所以每年都会去欧洲看化妆品展。记得有一次在德国法兰克福的展览中第一次接触到精油，顿时就被迷住了。

展览完就随着厂商去他们工厂参观，第一次带回了72种不同的单方精油，还有他们推荐的二十几本芳香疗法的书籍。

经过一段时间的整合，加上我本身有中医的底子，我发觉精油加上五行经络、淋巴排毒的疗法真是太神奇了。

不仅能缓解紧张情绪、提神醒脑，还可以改善各种病症，让美容院里的很多顾客皮肤突然变漂亮了。

我们开始全面地教育美容院，不能只帮客人做脸，还可以用精油帮客人做身体。

因为脸部的皮肤是健康的镜子，如果客人的健康不改善，再好的保养品也救不了客人，因此精油让我找到了方向。

于是，开始帮那些愿意成长和提升的美容院做指导，帮他们转成医学美容。

美丽必须建立在健康的基础上，不健康，“美”将无法持久。

这二十几年来，我真的看到精油的神奇能量。

它让很多使用者留住了青春，也留住了健康和美丽。

每一种精油都有它独特的味道和疗效，但如果用心地去了解它，将会找出它的很多秘密。

所以要认识精油，必须先喜欢它，在生活中每天都使用它。

精油就像我的忠诚仆人，每天等待着，任我差遣。

我有如国王般的将它们组合成不同的队伍，去改善客人的不同症状。

精油是植物的精灵，每次打开一瓶精油，我都好像看到瓶子里的小精灵一个个快乐地跑出瓶子。

当我打开“保加利亚至尊玫瑰”精油时，我更看到一群美丽的“玫瑰仙子”对着我微笑。

二十几年来，我最喜欢一个人静静地调配各种处方，一点也不会感到寂寞，因为我身旁都随时围绕着一群“小精灵”和“小仙女”。

我希望能找到更多的精油处方，为那些需要的人带来健康的身体和快乐的人生。

<<香气王国>>

内容概要

芳香疗法，协助人体维持身心平衡，是一种美丽芬芳又幸福的疗法。通过疗效性精油和准确的按摩手法，以顺应自然的法则，强化免疫系统抵抗力、调解情绪，是身心健康、平衡、和谐，进而帮助治疗相关症状，达到放松缓解压力的效果。

<<香气王国>>

作者简介

陈为圣

台湾芳香疗法协会会长。

1981年，把风行欧洲的精油引入台湾美容行业，芳香疗法本土化的开创者。
将颜面视诊、四季五行养生等传统中医方法与芳香疗法相结合。

<<香气王国>>

书籍目录

第一章 芳香疗法的历史

芳香疗法的起源

何谓精油的“光合作用”

精油的性质

精油的萃取方式

精油的渗透途径

精油的储存、分类与标示

精油的使用方法

第二章 单方精油

蔷薇花科

大马士革玫瑰 / 千叶玫瑰

木樨科

茉莉

唇形科

薰衣草 / 快乐鼠尾草 / 欧薄荷 / 迷迭香 / 绿薄荷

芸香科

葡萄柚 / 柠檬 / 橙花 / 苦橙 / 红橙

伞形科

胡萝卜子油

菊科

德国甘菊 / 罗马甘菊 / 金盏花

牻牛儿科

天竺葵

桃金娘科

尤加利 / 绿花白千层 / 茶树

松、柏科

雪松 / 丝柏 / 杜松 / 松针

樟科

花梨木

橄榄科

安息香 / 乳香

禾本科

柠檬草 / 玫瑰草

黑胡椒科

黑胡椒

姜科

生姜

大麻科葎草属

蛇麻草 / 柠檬马鞭草 / 檀香 / 依兰

按摩基础油

芦荟油 / 玫瑰果实油 / 月见草油 / 葡萄子油 / 榛果油 / 荷荷巴油(金黄) / 荷荷巴油 / 小麦胚芽油 / 维生素E油 / 甜杏仁油 / 夏威夷核果油 / 橄榄油 / 鳄梨油 / 芝麻油 / 葵花油 / 英国胡桃油 / 杏桃仁油

第三章 芳香疗法

选择一位芳疗师

<<香气王国>>

倾听你内在的声音

芳香疗法与血液循环

精油与按摩

适用于神经系统和肌肉的精油

精油的调配剂量

如何安全使用精油

几种行之有效的按摩方法

先苦后甜的好转反应

第四章 芳香疗法与颜面视诊

芳香疗法与颜面视诊

从天庭诊断身体健康

脑部基础保健方法

从眉毛诊断身体健康

眉毛的基础保养方法

从眼睛诊断身体健康

眼睛的基础保健方法

从鼻子诊断身体健康

鼻子的基础保健法

从耳朵诊断肾脏的功能

从下庭诊断身体健康

肠胃消化系统的基础保健方法

芳香疗法的咨询诊断

第五章 四季五行芳香疗法

五行与养生

土元素 - 脾、胃 / 水元素 - 肾及膀胱 / 木元素 - 肝及胆 / 火元素 - 心脏及小肠 / 金元素 - 肺及大肠

四季五行芳香疗法

症状判断与精油的使用 / 春之全身净化 / 春之排毒保肝行动 / 夏之消暑清凉汤 / 夏之清新

莲花浴 / 秋之一周体内外净化 / 秋之轻盈汤 / 冬之香柚汤 / 冬之润肤美肤汤

局部芳疗

头部芳香SPA全疗程 / 手部SPA全疗程 / 足部芳疗SPA全疗程

第六章 芳香疗法的处方

头部适用精油及治疗穴道

颈部适用精油及治疗穴道

胸部适用精油及治疗穴道

手、足部适用精油及治疗穴道

女性适用精油及治疗穴道

男女适用精油及治疗穴道

<<香气王国>>

章节摘录

版权页：插图：运用精油可以得到的放松与享受莫过于与按摩相搭配，通过精油的功效与双手的触摸，会带来特定神经传导物质变化，最著名的是其安抚放松及止痛的功效，这也是芳香SPA所提供的缓解压力最受欢迎的疗程项目。

精油的功效。

精油犹如植物体的激素，存在于植物细胞间的小囊袋中，当植物体有生化反应发生时，香精油担任调节与传递讯息的角色。

作用在人体上可催化生化反应，发挥一般生理上的调理功能。

精油具有抵抗细菌感染、预防皮肤病、镇静皮肤、收缩毛孔、促进细胞再生的功效。

精油可控制细胞的增殖与更新，对人体伤口的愈合有非常大的帮助，同时对防止老化、愈合面疱、避免疤痕也有很好的效果。

精油的挥发度 在描述精油时常以“挥发速度”来形容，例如低度、中度、高度三种速度，而在空气中挥发的速度和香味的持续度是定义这三种速度的标准。

高度油是最刺激和提振精神的精油，它们的香味浓烈，但是香味只能持续3~24小时。

典型的高度油有：罗勒、佛手柑、快乐鼠尾草、尤加利（桉树）、柠檬香茅、欧薄荷、鼠尾草、百里香。

中度油持续性比高度油长一些，可持续2~3天，可强化人体新陈代谢与器官功能。

典型的中度油有：洋甘菊、茴香、天竺葵、杜松、薰衣草、迷迭香。

低度油是挥发最慢的香精油，香味持续一周以上。

这些精油呈现甜美及缓和的香调，对身体有放松及心灵抚慰的功效。

典型的低度油有：西洋杉木、丁香、乳香、生姜、茉莉、玫瑰、檀香木。

精油的储存、分类与标示 精油的储存大部分的香精油对光、热、氧气（空气）十分敏感，因此如何保存精油直接关系到其保存品质期的长短。

将精油置入琥珀瓶或蓝色精油瓶中，可有效阻隔光线对精油的刺激。

此外密封瓶口的滴孔及瓶盖，都必须是可耐挥发及腐蚀的精油专用的塑料。

保存于恒温30 以下的阴暗处，冰箱因温差太大，不建议将精油用冰箱保存，如芸香科植物含单萜醇成分多，在低温情况之下会变得浑浊。

有些精油愈陈愈香，如：檀香、乳香等。

柑橘类除佛手柑之外，因其具高挥发性之特质则不宜久放。

精油的分类 单方精油：直接从植物中萃取，无任何添加物的纯精油，如葡萄柚、薰衣草。

复方精油：两种或两种以上纯单方精油混合成为精油。

调和油：基础油中加入一种或一种以上单方精油，可直接涂抹在皮肤上，用做按摩的基础油。

<<香气王国>>

编辑推荐

《香气王国:精油健康疗法》适合中国人使用。
精油常识、功效、配方、疗法、使用禁忌一应俱全，便于入门和查询，找到适合自己的芳香疗法。

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>