

<<蒸馏过的美丽>>

图书基本信息

书名：<<蒸馏过的美丽>>

13位ISBN编号：9787538152289

10位ISBN编号：7538152288

出版时间：2007-11

出版时间：辽宁科技

作者：李卓霖

页数：118

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>

<<蒸馏过的美丽>>

内容概要

美丽，是女性的终身使命！

如何让自己美得更健康、更自然、就是现在“爱美丽一族”最时尚的话题。

本书为您提供天然有机护肤品和彩妆的选购及使用心得，助您打造健康纯净的靓丽容颜。

爱护自己从有机饮食和护理开始！

<<蒸馏过的美丽>>

作者简介

李卓霖，香港特区政府注册营养师、西草药师、香熏治疗师。
香港及亚洲多家媒体美容、养生及健康专栏作家，曾考取加拿大药理学学位及专业美容师资格。
工作：香港著名健康机构“简约养生”创办人。
曾任职医院、水疗顾问公司及多间国际化妆品公司。
从2000年开始，为不同机构如“

<<蒸馏过的美丽>>

书籍目录

第一章 美丽的陷阱 了解传统美容产品 第二章 蒸馏过的美丽 认识有机美容产品 第三章 明智的选择
美容术语和标志 有机认证标志 第四章 有机护肤 大自然的恩赐——水 不老传说——由认识自己的
肤质开始 有机护肤法 黑色素的形成 防晒护理 什么是紫外线 正确的防晒方法 第五章 有机护肤
品 正确选择和使用有机护肤品 第六章 有机香熏护理 有机香熏精油的种类 有机香熏精油的使用
香熏精油按摩法 正确的按摩手法 熏精油护理DIY 第七章 在家做SPA SPA的有机用品介绍 正确选
择和使用有机香水 第八章 有机妆颜 小贴士 正确选择和使用有机化妆品 第九章 指甲及足部的有机
护理 认识指甲 某些传统指甲油的弊端 天然指甲油的优点 水溶性指甲油的使用方法 正确的指
甲护理 足部护理 第十章 有机草本秀发护理 常见的头发毛病 头发和头皮的保养 传统洗发水
有机洗发水 头发造型用品 染发剂 第十一章 口腔的有机护理 牙膏和漱口水 口腔清洁和护理 第十
二章 有机丰胸法 丰胸秘诀 有机香熏按摩 第十三章 妊娠期的有机护理法 皮肤护理 秀发护理
有机按摩 有机饮食 有机婴儿用品 第十四章 男性有机护肤法 第十五章 有机饮食美容法 有机饮
食法 有机饮食与美容 肥胖的原因 有机瘦身法 长期瘦身法 第十六章 有机天然排毒美肤法 常见
的毒素——重金属 如何测试重金属 简易净肤排毒法 何谓便秘 便秘的症状 消除便秘的方法总
结

<<蒸馏过的美丽>>

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>