

<<芳香美人DIY>>

图书基本信息

书名：<<芳香美人DIY>>

13位ISBN编号：9787810369886

10位ISBN编号：7810369881

出版时间：2006-7

出版时间：汕头大学出版社

作者：郭雅惠

页数：69

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>

## <<芳香美人DIY>>

### 内容概要

知识经济来临，为因应这股世纪潮流，每个人有必要理解知识和优质生活的关系。

作者郭雅惠小姐是位资深的女性创业家，也是妙香斋的专栏作者，通过了调饮技士考试，实务经验丰富，曾受邀于高雄妇女创业有成记者说明会，将创业历程、经验分享嘉惠妇女朋友，并长期钻研花草，关心生活品质，是个非常具有巧思的新时代女性。

雅惠特别将自己多年钻研的心得汇集出书，在书中提供许多精心制作的花草创意DIY，既天然又经济实惠。

做法简易、方便，让巧思转化具有知识价值，呈现出独树一帜的专业素养，也是现代女性因应知识经济，在职场及家庭生活与前程规划的灵感启迪。

书中以天然花草、精油等素材为主，再配合植物特有的功能，轻松简易地让自己在家也可以接近自然，享受自然原味的DIY成就感，为生活情趣加分。

帮助大家创新思考上注入新泉源。

透过这本书更可让大家在制作过程中，如同沉浸在五彩缤纷的彩色世界里，变化多、用途广，非常符合家庭实用性，值得大家阅读与参考。

## <<芳香美人DIY>>

### 书籍目录

自序推荐序工具材料花香·草香——美丽的魔法配方花间集 芳香疗法——女人的贴身良伴常用精油介绍第一篇 美丽，就要从头到脚 亮丽顺发水 纯天然草本染发剂 芳香润丝精 美颜化妆水 保湿敷面膜 清爽去角质霜 娇嫩护手足霜 水当当护唇膏 浪漫刮胡保养液 天然香牙粉第二篇 抗菌，香氛从里到外 香香漱口水 香草足粉 彩色沐浴盐 蜡烛DIY 果冻蜡烛DIY 手工肥皂DIY 室内清洁水 玫瑰花香水第三篇 草本植物实用包装 自然干燥花 干燥花挂饰 彩色缤纷 情人节礼品包装 怡然自得 快乐儿童包装 叶脉DIY第四篇 花草美食，绝佳风味 风味养生茶 茉莉水晶花茶冻 益母草糖浆 桂花香酿 玫瑰花果酱 维也纳玫瑰Cofe 冰镇薰衣草豆浆 梦幻黑森林 薄荷绿情人 薰衣草饼干 香草花糕 美乐蒂罗勒焗吐司 艾丽丝香草酱料 约瑟芬奶油浓汤

## &lt;&lt;芳香美人DIY&gt;&gt;

## 章节摘录

桂花 香味飘逸袭人，有“九里香”之称。

通常用作食品香料或茶饮；桂花性温、味辛、无毒，有化痰、散淤、暖胃止痛、舒筋活络等功效。

香蜂草 属于薄荷家族，繁殖力强，可减缓消化系统的不适症状，每天饮用1杯香蜂草茶，可抗忧解郁、除胀气腹痛。

若将香蜂草用作复方茶饮，其味道能够增加茶汤的甘甜口感。

果粒茶 以蔷薇果、苹果肉、橙皮、蔓越梅及各种天然果粒为主要原料，含有丰富的维生素C，其口味酸中带点甜，可添加少许冰糖食用，冷、热饮皆宜，若做成果冻，风味更佳。

欧石楠 属于果实类的植物，如珍珠般的粉紫色小花朵，散发着清香微酸的恬淡香味，品茗时可加些蜂蜜及冰块，风味绝佳。

菩提花 也常称为莱姆花，饭后冲茶饮用可帮助消化、松弛神经、镇静解压和减缓焦虑的情绪。

忙碌的上班族经常饮用菩提花茶，可改善失眠症状，还能降血脂，防止动脉硬化。

马鞭草 具有松弛神经系统，纾解忧郁、紧张的作用。

饭后来杯马鞭草茶，能促进消化、稳定情绪，还有治疗牙龈疾病的功效。

但怀孕期间不可饮用。

益母草 自古多为妇女用药，有明目、益精、治疗产后血胀等效用，煮食时以嫩叶味道较好。

益母草汁当茶饮，是妇女保健的必备良品，搭配枸杞子、决明子有明目之效用。

牡丹花 牡丹性味苦，根、皮广泛用于调经活血，减缓妇女经痛与不调，牡丹花的萃取精华能够刺激皮肤细胞，有良好的保湿效果，适合不同肤质的需要，是美容保养的独特配方。

鼠尾草 源自拉丁文，意指“拯救”。

在古罗马时期为万灵丹，可治疗痉挛、牙龈喉咙疼痛、止汗、帮助消化、增强活力、强化神经系统，对更年期妇女更加适合。

亦可做杀菌剂、除臭剂，对于蚊叮虫咬，有消炎抑菌的效用。

洋甘菊 具有纾缓神经及安定消化系统的功效，适合餐后及睡前饮用，为失眠的最佳茶饮。

也可用来泡澡，纾缓压力、放松心情。

薰衣草 薰衣草的英文Lavender，源于拉丁文的“Lavare”，即“洗涤”的意思。

为用途最广的精油及茶饮，具有镇定、纾缓、安抚的作用，预防蚊虫叮咬也很有效，是爱好香草植物者一定要认识的植物。

接骨木 接骨木浆果含有丰富的维生素，加蜂蜜一起饮用，可减缓咳嗽及预防感冒、支气管炎；与紫罗兰配合饮用，则是减轻喉咙痛的小秘方。

金盏花 具有强力的杀菌功能，17世纪成为治疗瘟疫与黑死病的药方，有助消化、纾解女性经痛的不适症。

金盏花水是最佳的祛除青春痘的保养用品，消炎、收敛效果极佳。

迷迭香 又称“圣母玛丽亚的玫瑰”，常供奉在教堂里。

具有强烈刺鼻的香味，除了烹调时作为香料外，其茶汁可提神醒脑，有治头疼和消除胀气、防止头发脱落等功效。

<<芳香美人DIY>>

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>