

《青春美颜指南(12-60岁美丽肤质塑造)》

图书基本信息

书名：《青春美颜指南(12-60岁美丽肤质塑造)》

13位ISBN编号：9787030130839

10位ISBN编号：7030130839

出版时间：2004-5-1

出版社：科学出版社

作者：李婉若,蔡秀欣,杨淑惠

页数：83

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《青春美颜指南(12-60岁美丽肤质塑浴》

内容概要

本书给予"美"一个非常清楚和正确的说明，即"美"是"身、心、灵"全方位的平衡与健美，自然的从身体深处由外散发出的精、气神和容貌。

本书就是为了让达到"美"的目的，给你指出一个正确的营养观念，均衡、多变化性的选择食物及合宜的烹调方法，让我们从基础保健、维护健康的根底做起，增加美的储蓄，积累健康的资本。

《青春美颜指南(12-60岁美丽肤质塑浴》

作者简介

李婉若，台北医学院医学士，哈佛大学公卫硕士哈佛大学癌生物学博士。现任台北医学大学附设医院皮肤科主任，台北医学大学医学研究所副教授。哈佛大学博士后研究员；台北医学大学附设医院皮肤科住院医师、总医师、主治医师；台湾皮肤科医学会理事。

《青春美颜指南(12-60岁美丽肤质塑浴》

书籍目录

推荐序一

推荐序二

作者序一

作者序二

作者序三

编辑手记

一 解读青春密码

二 漂亮肤质再加分

1 油性皮肤

2 干性皮肤

3 敏感皮肤

三 超龄美女驻颜有术

1 抗老化&皱纹

2 黑眼圈

3 贫血

《青春美颜指南(12-60岁美丽肤质塑浴》

媒体关注与评论

书评不管你是豆蔻年华的少女，还是风韵犹存的贵妇，一定都希望长保年轻健康肤质；因此本书从皮肤科医师及营养师专业的角度出发，为你量身订做适合的食谱及保养方法，包含（油性皮肤）、（干性皮肤）、（敏感皮肤）、（黑眼圈）、（血色不足）以及（抗老化）等，若你是（中性皮肤）、（混合性皮肤）的幸运儿，仍然需透过正确的清洁与保养观念来维持健康的皮肤。所以为了明天比今天更美，就从现在开始行动吧！

《青春美颜指南(12-60岁美丽肤质塑浴》

编辑推荐

不管你是豆蔻年华的少女，还是风韵犹存的贵妇，一定都希望长保年轻健康肤质；因此本书从皮肤科医师及营养师专业的角度出发，为你量身订做适合的食谱及保养方法，包含（油性皮肤）、（干性皮肤）、（敏感皮肤）、（黑眼圈）、（血色不足）以及（抗老化）等，若你是（中性皮肤）、（混合性皮肤）的幸运儿，仍然需透过正确的清洁与保养观念来维持健康的皮肤。所以为了明天比今天更美，就从现在开始行动吧！

《青春美颜指南(12-60岁美丽肤质塑浴

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:www.tushu111.com