

# 《熟龄女人美容保养图典》

## 图书基本信息

书名：《熟龄女人美容保养图典》

13位ISBN编号：9787506477482

10位ISBN编号：7506477483

出版时间：2011-11

出版社：中国纺织出版社

作者：《好生活百事通》编委会

页数：209

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](http://www.tushu111.com)

# 《熟龄女人美容保养图典》

## 内容概要

《熟龄女人美容保养图典》集女性美容、塑形、日常饮食与生活、心理保健、常见疾病的预防和治疗等，对女性全方位的保养进行详解，助您呵护全身的每一个角落，让美丽与您常相伴！

## 书籍目录

### 第1篇 美丽，女人一生的事业

#### 第一章 美肤从了解肌肤开始

#### 第二章 呵护你全身的每一个角落

#### 第三章 特殊人群护肤有道

#### 第四章 让运动留住美丽

### 第2篇 生活饮食与女性美丽息息相关

#### 第一章 饮食与女性的美丽和健康

#### 第二章 日常生活与女性的美丽健康息息相关

### 第3篇 女性美丽与特殊部位的呵护不可分割

#### 第一章 女性生理保健

#### 第二章 女性特殊部位的呵护

### 第4篇 女性与亚妇科疾病

### 第5篇 关注女性心理健康与保健

# 《熟龄女人美容保养图典》

## 章节摘录

版权页：插图：

# 《熟龄女人美容保养图典》

## 编辑推荐

《熟龄女人美容保养图典》：一本全方位的女性保养指南，全面解读女性最关心的美容保养热点，让您随时随地享用美容保养的小秘诀。全方位呵护女性 / 生活饮食与女性美丽息息相关 / 帮助女性走出亚健康女性特殊部位的呵护 / 关注女性心理健康与保健。从头到脚，从内到外，全面呵护您的美丽。

## 精彩短评

### 1、美容 保养

2、印刷很精致！书也很简单易懂！

3、这本书比书店里面便宜了好多哦，幸好是在网上买的，节省了一半多

4、女人要好好保养的！

5、我姐姐想在超市买的，两本加起来60多，我说去当当买，结果两本才30多

6、好书,女人一定要看哦

7、书很好，内容很丰富值得一看。

8、内容很丰富，适合各阶段女生的保养，和妈妈一起看，感觉非常好。如果再多一些养生粥谱就更好啦！

9、很好很不错的一本书，值得一读

10、看着比较好，但估计难坚持。

11、印刷精美 内容详实

12、书的制作很精美,内容也很广泛.

13、帮别人买的，还凑合吧。

14、很好的一本书，很实用，我正在实践中！

15、还行

16、买这本书简章是浪费钱！

17、内容不苟

18、好挺好的，内容详细

19、这本书很值得一读，图文并茂、内容全面，涵盖了女人美容保养的方方面面，有肌肤护养、运动保养、饮食护养、特殊部位的保养、各种疾病的预防等内容。对正处于熟龄女人时期的我来说，购买了这样一本书，可以说是物超所值，受益颇多。后来又给朋友买了一本，朋友特意给我打电话，还说这本书很不错，读起来也很舒服，图片与文字相互结合，并不会让人感到乏味。可以说这本书开启了我的美丽计划，推荐大家购买。

20、质量好！一本好书！

21、其实刚读了前面10页左右，觉得对我挺有用的，很喜欢。刚刚开始学习化妆和保养，对相关的知识汲取较多~~

22、书的纸张挺好的，内容覆盖面比较广。。。

23、老公妹妹买的，不知道是否跟网上的不一样

# 《熟龄女人美容保养图典》

## 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](http://www.tushu111.com)