

《天然無毒清理術》

图书基本信息

书名：《天然無毒清理術》

13位ISBN编号：9789862416372

10位ISBN编号：9862416378

出版时间：2013-1-5

出版社：天下雜誌

作者：郭姿均,周書羽（攝影）

页数：224

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

《天然無毒清理術》

內容概要

超過100種溫和、有機的香藥草清潔配方！

一次去污、環保、清新空間、自然排毒多效達成！

美國認證香藥草師、醫生娘郭姿均親身試驗，材料簡單可尋，讓清掃也能成為芳療SPA！

醫生娘私房清潔法，輕鬆簡單DIY

扔掉又貴又咬手的化學清潔劑

檸檬、肉桂、精油、蘇打綠生活，

環保、排毒、還能芳香你的家

你常一邊噴洗刷，一邊讓家人「吸毒」嗎？

化學清潔劑、芳香噴霧……，戴口罩戴手套，仍逃不了把家變成「毒窟」。

100多個清潔芳香妙招，廚房調味料就可打造亮晶晶、香噴噴的家：

- 邊擦地邊防蟲的拖地法
- 廚房調味料、炒菜油變身保養木製家具
- 無毒龍頭、浴缸光亮劑
- 自製洗碗精、香草馬桶清潔劑、天然鍋具除污劑、洗衣精、天然衣物柔軟劑……
- 20元材料做出市售兩、三百元的天然抗感冒噴霧

本書特色：

· 作者為香藥草推廣達人，美國認證香藥草師、蒙大拿州立大學認證園藝專家、美國香藥草師協會AHG會員，教你香藥草的居家應用，香草植物精油不只幫你營造滿室芳香，更能打造清潔無毒家園。

· 搭配檸檬汁、醋、小蘇打粉、肉桂粉等材料，廚房調味料搖身變成打掃環境的自然清潔好幫手。

· 50元搞定家務事——自製便宜好用清潔劑，天然環保素材50元有找！

· 從家中最難清理的廚房油污、廁所污垢，到愛車皮椅清潔，居家生活全方位DIY打掃妙招，清潔無死角。

名人推薦：

「受到太太的影響，我現在只用自然的洗碗精、清潔劑及洗衣粉，極力避免使用任何可能致癌的清潔用品。終究我們只能活一回，沒有重來的機會。」

—王威勝 / 香草達人郭姿均的先生、馬偕紀念醫院感染科資深主治醫師

「我知道天然的成分絕對是好過合成的，希望大家都可以去接觸自然的清潔用品，免於化合物的荼毒。」

—吳淡如 / 知名主持人、作家

「結合醫藥背景及香藥草專業，親身試過每個配方，教大家自製有科學根據、一瓶抵多瓶的抗菌清潔劑。」

—林青毅 / 家庭醫學科權威

「香藥草的經驗，能使打掃成為一種樂趣，讓我們一起實踐『樂活』的新生活方式。」

—莊麗貞 / 台灣香藥草應用協會理事長、經國管理暨健康學院化妝品應用系副教授

「介紹各種實用且不貴的香草清潔配方，同時提出健康及環保概念，使一般家庭避開高毒性的環境清潔用品，減少不必要的健康傷害。我以毒物學專業的角度推薦本書給各位讀者。」

—楊振昌 / 陽明大學醫學院環境與職業衛生研究所副教授兼所長、亞太醫用毒物學會（APAMT）理事長

「香藥草能廣泛運用在生活當中，也可以成為清潔用品的主角，帶我們邁向健康生活。」

—鄭凱云 / TVBS主播

《天然無毒清理術》

作者簡介

郭姿均

致力推動香藥草生活運用、保健推廣及香藥草教育，使人人都能夠擁有「自然的療癒力量」。

學歷：英國里茲大學傳播研究碩士、美國蒙大拿州立大學園藝與香藥草研究進修。

專業認證：美國認證香藥草師（Herbalist）、美國蒙大拿州立大學認證園藝專家（Master Gardener）。

經歷：聯合報醫藥記者、癌症希望協會公共事務組組長、藥師公會全聯會公共事務部主任。現為迷迭香花園執行長，從事香藥草推動工作。

個人信箱：erica.kuo@gmail.com

個人部落格：blog.sina.com.tw/midnightowl/

Facebook: www.facebook.com/ericablog

《天然無毒清理術》

書籍目錄

《天然無毒清理術》

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