

妈妈传下来的美颜小偏方 两代美女中医的家传经验方



作者：张秀芹编

出版社：长沙：湖南科学技术出版社

出版日期：2012.03

总页数：240

介绍：本书的作者，一个是已过天命之年却依旧不见岁月痕迹的“美女妈妈”，一个是平时最爱研究各种美颜养生之道的美女医师。在书中，她们根据自己多年的美颜养生经历，教大家怎样用纯食材配方，再辅以简单的运动方进行保养。书中的方法来源于两位作者多年的实践经验，涉及塑形美体、改善肤色、美白祛斑、抚平皱纹、保湿补水、去角质，消除黑眼圈、瘦腿、瘦脸、瘦胳膊等我们在日常生活中都会碰到的健康美容问题，方法全面。此外，全书使用的食材主要有石榴、生姜、山药、菊花、芦荟、大蒜、银杏、草莓、蓝莓等；药材主要有茯苓、麝香、鱼腥草、白芪、甘草、

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12994546.html>）查找全本阅读方式

妈妈传下来的美颜小偏方 两代美女中医的家传经验方 评论地址：

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12994546.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12994546.html>

书名：妈妈传下来的美颜小偏方 两代美女中医的家传经验方