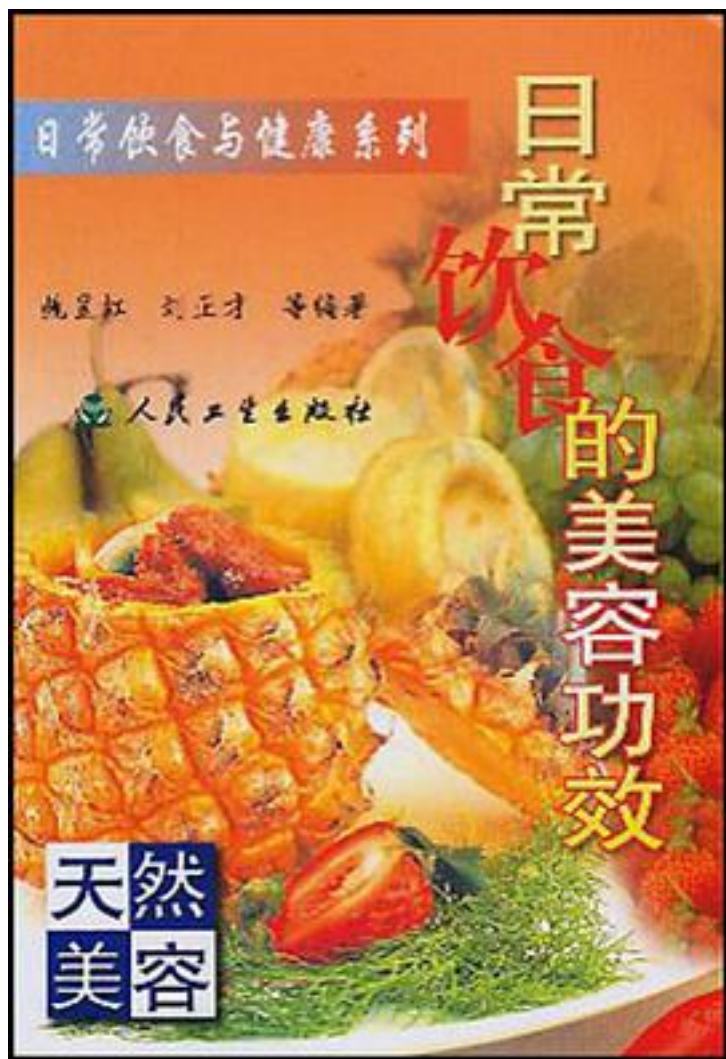


日常饮食的美容功效



[日常饮食的美容功效_下载链接1](#)

著者:

出版者:人民卫生出版社

出版时间:2004-1

装帧:

isbn:9787117058766

爱美之心，人皆有之。步入小康，追求美者众多。为满足人们爱美的需要，本书专门介绍日常饮食的美容功效，详细阐述了300多种食物和食方美容的科学道理和方法。从青年人的美容、美身材、美目、美发、美齿，到老年人的美而长寿和回春驻颜都一一收录了有关食物和食方以及古今中外饮食美容的实例。饮食美容，即现代倡导的自然绿色美容法，无化学化妆品的毒副作用，是当今美容的新潮。

日常饮食的减肥妙用——科学减肥；日常饮食的美容功效——天然美容；日常饮食的健脑作用——增智防衰；日常素食的科学选用——绿色食品

本书文字通俗，注重实用，讲究实效。只要能照书上说的吃，就能够吃出美丽！

本书可供具有初中以上文化程度的青年、中老年人以及美容专业人员阅读，并为大中专院校饮食营养专业师生和保健食品企业提供参考资料。

作者介绍:

目录:

[日常饮食的美容功效_下载链接1](#)

标签

评论

[日常饮食的美容功效_下载链接1](#)

书评

[日常饮食的美容功效_下载链接1](#)