

图解《黄帝内经》和《本草纲目》中的女人养颜经



[图解《黄帝内经》和《本草纲目》中的女人养颜经 下载链接1](#)

著者:吴林玲

出版者:天津出版传媒集团天津科学技术出版社

出版时间:2017-7-1

装帧:平装

isbn:9787557629724

爱美之心，人皆有之。

对于女人而言，美丽更是一个长久的追求。

自古代起，人们就在追求美丽容颜的道路上开始了自己的探索，并在不断的尝试和实践中得到了许多有益的经验。

在我国的医药学传世著作《黄帝内经》和《本草纲目》中所包含的美容养颜知识，足以让我们受益终身。

本书从《黄帝内经》和《本草纲目》两书浩瀚的医学理论及方剂中挖掘出其中关于美容养颜的内容，与现代养颜理论结合，针对当前女性常见的美容养颜问题，做了详尽而科学的讲解。

全书分上下两篇，

上篇介绍了《黄帝内经》中的基础养颜理论，内部调养外部养护的方法，讲述了养护阳气、精神、气血、通经活络的具体方法和养颜意义，

下篇讲述了美白肌肤、祛斑护肤、各种问题肌肤的草本护理方案，利用本草抵抗衰老、排毒塑体、内外全范围护理女性的具体措施。

希望女性读者可以通过本书找到适合自己的养颜方案，真正由内而外地绽放自己的美丽，呵护一生、优雅一生、美丽一生。

作者介绍:

目录:

[图解《黄帝内经》和《本草纲目》中的女人养颜经_下载链接1](#)

标签

养身

评论

[图解《黄帝内经》和《本草纲目》中的女人养颜经 下载链接1](#)

书评

[图解《黄帝内经》和《本草纲目》中的女人养颜经 下载链接1](#)