

# 草本养颜DIY



[草本养颜DIY\\_下载链接1](#)

著者:师素英

出版者:

出版时间:2010-6

装帧:

isbn:9787802039704

《草本养颜DIY》在传统“药食同源”的中医理论基础上，以《本草纲目》《食疗本草》

》《日华子本草》等祖国医学之瑰宝为依托，吸收现代美容、营养学理论的科学精华，充分考虑女性护肤养颜的生理和心理需要，坚持由内而外、内外兼修的原则，为爱美女性指点养颜、护肤、美容的迷津，教大家利用草本的美丽魔法由内而外地滋养润肤，打造红颜不老的美肌神话；教大家在美味的味蕾中塑造出完美身材，不必为追求魔鬼身材而“虐待自己”，轻松告别为了整形而在医院门前忧郁徘徊的一幕……

《草本养颜DIY》中所介绍的那些天然草本，都是我们在现实生活中触手可及或者很容易弄到的东西，虽然有的曾长期被我们忽略，但其魅力和神奇的效果依旧。只要我们愿意重视、审视和利用它们，很快就能感受到它的神奇效果。更重要的是，这些天然草本，很多都可以信手拈来，不需要花什么钱，不像那些被广告吹得天花乱坠的化妆品，动辄花你几百上千元，而且安全、无副作用，还可以药食两用，既美容、养颜、护肤，又让我们轻松自在地享受一顿顿天然的美味。如此好事，何乐而不为呢？

作者介绍：

目录：

[草本养颜DIY\\_下载链接1](#)

标签

评论

---

[草本养颜DIY\\_下载链接1](#)

书评

---

[草本养颜DIY\\_下载链接1](#)