

# 美丽女人100个养颜细节



[美丽女人100个养颜细节 下载链接1](#)

著者:荣丹//林敬

出版者:上海科技文献

出版时间:2011-5

装帧:

isbn:9787543948471

《美丽女人100个养颜细节》内容简介：白皙来自日常点滴的打点，高雅源于细节上的

呵护！此书荟萃了多种美容细节、方法，从护肤、养颜、饮食、中医、生活、问题肌肤护理六个方面入手，娓娓细述养颜的每一个关键和细节，并配合按摩、锻炼、化妆等方法，解决最迫切的美容难题，为女人精心奉上了全方位的美颜大餐，让你以最快的速度找到最实用、最简便、最有效、最安全的养颜诀窍。

作者介绍:

目录: 前言 养颜细节，让美丽伴你一生第一章  
“护”出美丽——逆转时空的美容常识第二章  
“救”出美丽——问题肌肤的救护专家第三章  
“养”出美丽——高氧度美女的自然美容法第四章  
“吃”出美丽——滋补是女性美丽之源第五章  
“调”出美丽——中医美容的神秘能量第六章  
“离”出美丽——远离毁容摧色的罪魁祸首  
· · · · · (收起)

[美丽女人100个养颜细节](#) [下载链接1](#)

## 标签

护肤

## 评论

挺好的。挺实用的。介绍了非常全面的护肤保养，食品疗法，保持良好精神状态，让自己由内而外的美丽。按摩，护肤品，精油，自制面膜，维生素，防晒，锻炼身体，以及原理。女人应该了解这些内容。让自己状态好，容光焕发。

[美丽女人100个养颜细节](#) [下载链接1](#)

## 书评

[美丽女人100个养颜细节\\_下载链接1](#)