

# 《蔬果美容锦囊》

## 图书基本信息

书名：《蔬果美容锦囊》

13位ISBN编号：9787504836649

10位ISBN编号：7504836648

出版时间：2002-6

出版社：农村读物出版社

作者：徐传宏

页数：133

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《蔬果美容锦囊》

## 内容概要

为了适应人们崇尚自然、返朴归真的世界潮流，笔者将多年来搜集、积累的有关蔬菜瓜果的美容方法加以筛选、整理，编撰成书。全书注重科学性、知识性、实用性，融食疗学、营养学、心理学、养生学、病理学、皮肤病学、肥胖病学于一炉。全书包括了蔬果美目锦囊、蔬果养颜锦囊、蔬果美肤锦囊、蔬果美发锦囊、蔬果美齿锦囊、蔬果美乳锦囊、蔬果亮音锦囊、蔬果益智锦囊、蔬果减肥锦囊、蔬果增重锦囊、蔬果香身锦囊、等方面的内容

## 书籍目录

### 一 轻松拥有如水明眸——蔬果明目

1 “吃”出你的明亮双眼

2 明目食品全接触

3 蔬果明目配方

### 二 打造粉嫩容颜——蔬果美颜

1 美丽容颜的三大杀手

2 蔬果助眠处方

3 蔬果家族的快乐小天使

4 具有特异功能的润肠蔬果

### 三 做个靓肤小美人——蔬果美肤

1 靓肤食补

2 蔬果美白方略

3 肌肤水当当的奥秘

4 苹果般的小脸蛋儿

5 蔬果防皱课表

6 问题性皮肤对策

# 《蔬果美容锦囊》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)