

# 《5分钟家庭美容方》

## 图书基本信息

书名：《5分钟家庭美容方》

13位ISBN编号：9787801942715

10位ISBN编号：780194271X

出版时间：2004-7-1

出版社：人民军医出版社

作者：张湖德

页数：283

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)

# 《5分钟家庭美容方》

## 内容概要

本书由美容学、养生学和医学专家共同编写，结合现代家庭生活实际，详细介绍了各种效果确切、经济实惠、简便快捷的家庭美容方法。包括中药美容、饮食美容、按摩美容、化妆美容、服饰美容、五官与颜面美容、美发秀发、形体健美、皮肤保养及损容性疾病的防治等。全书内容丰富实用，方法简便易行，适于广大家庭成员阅读参考，亦可供美容行业人员参阅。

## 《5分钟家庭美容方》

### 作者简介

张湖德，男，1945年出生，山东寿张县人，现为国际整肤医学会教授，中央人民广播电台医学顾问，是北京中医药大学最早从事养生保健美容研究的专家之一；中华营养保健菜肴评审专家，中国驻颜美容学院副院长，当代中国著名作家。已出版著作100多部，代表著作有《中华养生宝典》、《中国科学美容大典》、《实用美容大全》、《养生博览》、《中国养生汤膳精选》、《黄帝内经养生大全》、《黄帝内经饮食养生宝典》、《性基学小百科》等，此外，还有100多家报纸和杂志上发表过5000多篇文章，不少报纸和杂志还有其设立专栏，如《人民日报·海外版》的“中年养生专栏”，《科技日报》的“张湖德养生专栏”，《中国食品报》的“保健食品的开发”等。

# 《5分钟家庭美容方》

## 书籍目录

- 一 家庭美容已成时尚
- 二 中药美容法
- 三 饮食美容法
- 四 按摩美容法
- 五 化妆美容法
- 六 颜面美容法
- 七 美眼亮睫法
- 八 美鼻法
- 九 美唇法
- 十 美牙法
- .....

# 《5分钟家庭美容方》

## 精彩短评

1、非常实用的书，书的质量还不错

## 《5分钟家庭美容方》

### 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)