

《QQ臉！打敗所有面膜的甜心系刮痧》

图书基本信息

书名：《QQ臉！打敗所有面膜的甜心系刮痧》

13位ISBN编号：9789861334172

10位ISBN编号：9861334173

出版时间：2012-8

出版社：圓神出版社有限公司

作者：[臺]陳玫妃

页数：183

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

《QQ臉！打敗所有面膜的甜心系刮痧》

內容概要

第一本針對肌膚問題、四季節氣，由專業醫師一手打造的DIY臉部刮痧指南！首度公開！陳玫妃醫師臉部刮痧獨門絕活！坊間流傳多年，號稱可以瘦臉、緊緻、排毒的臉部刮痧，妳，真的做對了嗎？陳醫師大方公開最正確的臉部刮痧法，結合中醫理論與穴道按摩手法，讓你用了立刻看見效果！一片刮痧板在手，惱人問題統統靠邊站！不只是修修臉、不只是淋巴排毒、不只調理面子，更能幫助你內外兼具，又美又健康。青春Q活四大特色 不疼痛、不費力、不泛紅、不求人！ 午休、通學通勤、看電視、閱讀.....想到就刮，不拘時間地點！ 結合「八段錦」伸展操，八種動作讓美麗錦上添花！ 跟著節氣來保養！刮對了、吃對了，人就會變美了！

《QQ臉！打敗所有面膜的甜心系刮痧》

作者簡介

陳玫妃醫師，中國醫藥大學藥學士、中國醫藥大學中醫學士、中國醫藥大學中醫婦科碩士研究，從事臨床醫藥將近20年，尤其對於女性生理調養經驗豐富，致力於鑽研提升女性的美麗與健康。為《台灣新生報》中醫藥專欄作者，目前任延吉中醫診所院長、靖妃中醫診所院長。

陳醫師同時身為女性與醫療工作者，深知只要小心改變生活習慣，就可以讓美麗從裡到外。不分時間、不分場所、不讓皮膚泛紅的臉部刮痧，最適合成天出門在外的忙碌美人！

著有《內分泌是女人變美的魔法師：婦科權威讓你持續漂亮、健康、苗條的28個青春法寶》《健康好孕：女性生育健康養生寶典》《手作漢方保養品》等多本女性美容保健書。

《QQ臉！打敗所有面膜的甜心系刮痧》

書籍目錄

- < 推薦序 > 最符合年輕需求的臉部刮痧！
- CHAPTER 01 為什麼需要臉部刮痧？
- CHAPTER 02 刮痧前，你需要這麼做
- CHAPTER 03 揮別問題肌膚的刮痧
- CHAPTER 04 「看人臉色」來刮痧
- CHAPTER 05 四季刮痧，隨著節氣來保養！
- CHAPTER 06 玫妃醫師的美麗診療室Q&A
- 特別收錄 古代名女人的美容秘方

《QQ臉！打敗所有面膜的甜心系刮痧》

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