

<<步入中医美容之门>>

图书基本信息

书名：<<步入中医美容之门>>

13位ISBN编号：9787509137437

10位ISBN编号：7509137438

出版时间：2010-7

出版时间：人民军医出版社

作者：郑皓心

页数：155

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：<http://www.tushu007.com>

<<步入中医美容之门>>

前言

爱美是人的天性。

在世界的各个角落，每个地方都存在爱美的因子，遍布在每个人的心中。

随着科技的发达，大街小巷到处都林立着整形美容的招牌广告，市面上也不断推出科技美容新产品。

但是，在绚丽包装下的化学美容产品以及那些极昂贵的保养品，对我们的皮肤、身体真的好吗？

每当看见大家趋之若鹜时，我不禁深深思考：我们祖先所流传下来的五千多年中医智慧的结晶，是古代倾国倾城王妃、后宫佳丽美丽的秘密武器，也是用得最久、最天然的原料。

但是，由于西方工业社会为拓展其所开发的美容产品，不断渲染、夸大产品功效，向人们灌输西方美容产品的魔力，而后大家便逐渐淡忘了我们还有上天赐给我们的最天然、延续几千年的中草药以及中医博大智慧的精髓。

为此，笔者想以中医的观点将各种美容方法加以统合，将有效、简单、安全、方便的方法跟大家一起分享，使每一个人都能以最简便的方式，创造出最大的美容效果。

<<步入中医美容之门>>

内容概要

本书为已经取得国际美容师和国际营养师执照的专家根据亲身体会和祖传方法编写而成，详尽地讲述了中医美容的特点、原理与方法。

全书分为三篇，第一篇为中医美容概论，讲解了阴阳、经络、五行与美容的关系，并分类讲解了常见美容中药及妙方。

第二篇为中医美容外治法，具体讲解了膳食美容、敷面美容、按摩美容、刮痧美容、药浴美容、音乐美容、情绪美容、养生美容的原理与方法。

第三篇为天然美女养成法，讲解了美目、美手、美腿：防皱、美唇、美白的具体方法、步骤。

本书适于广大爱美人士、中医美容爱好者及美容院从业者阅读参考。

<<步入中医美容之门>>

作者简介

牛建昭，北京中医药大学原副校长、主任医师、教授、博士生导师，国家级重点学科带头人。

现任北京中医药大学学术委员会副主任，女性健康研究中心主任。

中国中西医结合学会常务理事，国内中医药院校首批“教育部创新研究团队”带头人，教育部、国家外专局“中西医结合学科创新引智基地”负责人；国内九大学术期刊副主编、编委，北京市医疗事故鉴定委员会委员，北京中西医结合妇科专业委员会副主任委员，世界中医联合会妇科专业委员会常务理事。

从事妇科临床；教学、科研40年，擅长治疗、调理月经不调、痛经、闭经、崩漏、带下、不孕不育、内分泌失调、妊娠产后病、生殖道炎症、更年期综合征、子宫肌瘤、子宫内膜异位症、乳腺肿块、痤疮、褐斑、卵巢早衰、性功能下降、心理障碍等妇科疑难杂症及女性肿瘤手术前后或放、化疗的中医药调理。

主持22项国家级、省部级科研课题，并获得中国中西医结合科学技术一等奖、中华中医药科学技术二等奖、北京市科技进步奖等省部级奖励8项，获授权发明专利6项。发表学术论文230余篇，主编《现代中西医结合妇科学》《中西医结合女性内分泌学》《新世纪家庭健康宝典》《分子细胞学与疾病》《现代女性保健热线丛书》等专著7部约600万字，副主编《北京中医药大学著名中医学学术思想集》，译著有《疑难病新解》等2部。培养博士22人。

<<步入中医美容之门>>

书籍目录

第一篇 中医美容概论 第1章 中医美容的特点 第2章 中医美容的理论基础 第3章 五色五行与疾病的关系 第4章 常见美容中药及妙方第二篇 中医美容外治法 第5章 膳食美容 第6章 敷面美容 第7章 按摩美容 第8章 刮痧美容 第9章 药浴美容 第10章 音乐美容 第11章 情绪美容 第12章 养生美容 第三篇 天然美女养成法

<<步入中医美容之门>>

章节摘录

插图：在2000年前的马王堆汉墓古医书中，早已记载着关于药物美容、针灸美容、气功美容、膳食美容等内容，通过历史的淬炼、人们不断的试验、修正，今天我们可以从古医书中看到中医美容不是单一的诊治方法，而是透过药物、针灸、气功、膳食、推拿、情治陶冶等全面的保养及治疗。

现今随着化学工业的发展，很多含铅、水银、石油、酒精成分的保养品、化妆品也应运而生。

在21世纪初，就出现过铅质白粉和水银中毒的事件。

铅质白粉在20世纪初广泛地被人们使用，但经过科学研究发现，使用铅质白粉，慢性中毒者会引起贫血、强烈胃痛、神经麻痹、膝关节疼痛、肾功能下降；而怀孕的妇女使用，出生的婴儿容易引发贫血、消化不良与脑膜病症等。

使用铅粉还会产生小皱纹、使皮肤失去弹性、转黑，甚至会逐渐扩大至整个脸部，这就是所谓的“白粉烧”症。

而水银中毒则可分为急性与慢性两种。

急性中毒是指一时吸入大量水银，这种情况会导致死亡；慢性中毒时，水银会侵袭脑部神经，引起不安、幻觉、失眠、头痛、呼吸困难、心悸亢进、手脚痉挛、麻痹、知觉异常、忧郁、目眩等。

二次世界大战后，由于石油合成化学的迅速发展，加上人们意识到含铅、水银等化妆保养品对人体的伤害，所以化妆保养品的成分遂改以石油系的油质为主。

现代化妆品多以石油提炼而成的石脑或蜜蜡为主，加水将之充分混合，并加上容易浸透皮肤的接口活性剂，再加入以焦油为原料的色素或香料等。

其实，这样制作出来的化妆保养品也是化学石油制品的产物。

石油系的矿物油，是完全无法达到透气功效的，长期使用，正是女生长雀斑的主因。

而接口活性剂，如果用量太多，会使各种成分过多地浸透皮肤，其中有害的成分也会被皮肤吸收。

界面活性剂中的乙烯基化合物，一旦进入皮肤的深层，不但会破坏皮肤自然的生理功能，还会积存于皮下组织，造成长期的伤害。

相较于现今大量化学合成药物毒性产物充斥市面，人们回归天然、安全的意识日渐高涨，因此，运用中医观点来进行全方位、多样化的美容，是最安全又有效的。

<<步入中医美容之门>>

编辑推荐

《步入中医美容之门》：爱美是人的天性。
在世界的各个角落，每个地方都存在爱美的因子，遍布在每个人的心中。
五千多年流传下来的中医智慧结晶，是佳丽们倾国倾城的秘密武器。

<<步入中医美容之门>>

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:<http://www.tushu007.com>