

<<刮痧变美-赠送价值20元刮痧板>>

图书基本信息

书名：<<刮痧变美-赠送价值20元刮痧板>>

13位ISBN编号：9787538439267

10位ISBN编号：7538439269

出版时间：2009-2

出版时间：张秀勤 吉林科学技术出版社 (2009-02出版)

作者：张秀勤

页数：145

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>

<<刮痧变美-赠送价值20元刮痧板>>

内容概要

“全息经络刮痧美容法”是基于传统刮痧疗法，并结合现代人的美容问题和对美容的需求创立的，多年的美容刮痧实践证明了这套理论和方法是行之有效的。全息经络刮痧美容法适合各种面部损美性疾患的防治，更适合于日常美容护理，既可以消斑祛痘，又可以细腻皮肤、改善肤质、减少皱纹、延缓皮肤衰老。

《张秀勤：刮痧变美》为您奉献下列精彩实用内容： 40种刮痧方法，解决15种面部问题。

健康不健康，照照镜子就知道。

面部刮痧，美白祛斑不留痕。

刮痧保养五脏六腑，让美丽由内而生。

刮拭8大重点部位，做个窈窕淑女。

美丽细节不遗忘，刮痧保养手耳足。

<<刮痧变美-赠送价值20元刮痧板>>

作者简介

张秀勤，著名刮痧专家，全息刮痧及全息经络刮痧美容健康法创立者，中国医疗保健国际交流促进会亚健康专业委员会首席专家，国家劳动部保健刮痧师职业技能定标专家及教材编委，中国国际健康美容行业发展联合会专家委员会主任委员，北京市东城区华佗职业技能培训学校教授、副校长，创立了全息刮痧及全息经络刮痧美容健康法，被誉为“中国美容保健刮痧第一人”。

多次在中央电视台“健康之路”“夕阳红”，北京电视台“祝你健康”“专家门诊”，以及中央人民广播电台播讲传授全息经络刮痧法，广受赞誉。

她全身心地致力于普及、推广刮痧疗法，应邀为部队、医院、政府部门、科研院所、大学、工会、妇联、美容机构等单位举办讲座和培训班一千多期。

编著的《全息经络刮痧法》十余年畅销不衰，《全息经络刮痧美容》被誉为21世纪中医美容技法精粹，《教你刮痧保健康》被定为中央电视台“健康之路”节目用书。

<<刮痧变美-赠送价值20元刮痧板>>

书籍目录

壹 刮痧与美美丽由内而生内环境清洁脏腑健康经络通畅刮痧美容的秘密另辟蹊径，以“清、通”为本改善肌肤微循环，美白消斑顺藤寻根，治本源透过痧来“侦测”危害美丽的因素不出痧也可“侦测”健康情况刮痧美容的作用表里双清，排毒素通经活络，供营养调节脏腑，缓衰老贰 刮痧美容准备简便又安全的全息经络刮痧美容刮痧美容所用器具刮痧板润滑剂毛巾或柔软的清洁纸巾刮痧美容基本方法、须知和步骤刮痧美容运板方法补泻手法刮拭要领和技巧刮痧须知刮痧常规操作步骤叁 刮拭面部，容颜更俏丽脸面真的很重要“面子问题”剖析照镜子看健康面部美容刮痧操作面部美容刮痧方法面部美容刮痧的四大目的与刮法小问题不再找上门皮肤干燥缺乏光泽额头缺乏光泽面颊中部欠光泽外眼角下部欠光泽口唇外侧两腮部欠光泽上唇欠光泽下颌欠光泽出现皱纹眉间皱纹额头皱纹眼角鱼尾纹嘴角及两腮皱纹毛孔粗大两眉间、鼻翼旁毛孔粗大鼻头部毛孔粗大雀斑肌肤松弛远离大问题面部气色异常面色苍白面色萎黄面色青暗面色红暗面色晦暗红血丝酒糟鼻黑眼圈眼袋黄褐斑额头黄褐斑外眼角下黄褐斑面颊黄褐斑鼻中部黄褐斑上下唇周围黄褐斑两腮下部黄褐斑痤疮满面痤疮额头痤疮面颊痤疮口唇周围痤疮下颌痤疮汗管瘤给美丽加分刮出善睐明眸刮出珍珠贝齿刮出如云秀发肆 保养脏腑，让美由内而生刮痧保养“娇脏”：肺脏强健，皮肤滋润刮痧保养“动力之源”：心脏强壮，神采奕奕刮痧保养“后天之本”：脾胃强健，肌肤紧致刮痧保养“女性之本”：肝胆正常，肌肤清透刮痧保养“正气之根”：肾脏强壮，衰老缓慢刮痧保养“糟粕通道”：肠道清洁，减少斑痘刮痧保养“脐下三寸”：月经调顺，容颜靓丽伍 刮拭局部，做个窈窕淑女保养颈部：青春永驻第二张脸刮拭肩臂：拥有香肩玉臂保养胸部：不只是为了吸引刮拭腹部：减肥美体保养背部：让自己亭亭玉立刮拭腰部：让那一抹风情永驻刮拭臀部：做个翘臀美人刮拭腿部：让美腿秀出来陆 刮拭手耳足，美丽细节不遗漏保养双手：让玉手纤纤动人保养双足：拥有精致玉足保养双耳：拥有玲珑慧耳手、足、耳的保养提示附录1：经络刮痧法附录2：全息刮痧法

<<刮痧变美-赠送价值20元刮痧板>>

章节摘录

插图：

<<刮痧变美-赠送价值20元刮痧板>>

编辑推荐

在全国享有盛誉的著名刮痧专家张秀勤教授最新系列刮痧著作《张秀勤:刮痧变美》、《张秀勤刮痧保健康》、《张秀勤刮痧治疗常见病》、《张秀勤十分钟刮痧测健康》，向广大热爱健康的人们推荐一种全新的现代保健刮痧理念和方法。

本套图书是作者近二十年来潜心研究刮痧理论，充分挖掘刮痧的底蕴和潜力，广泛临床实践的结晶，体现了作者对传统医学的深厚情感与智慧，融会中西医理，汇集了众多的临床经验，使传统医学领域里的明珠：刮痧，绽放出奇异的光彩，从诊断、治疗、预防保健、美容美体等方面全方位的为我们的健康服务。

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>