

# 《实用古代美容术》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2009年06月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787508256597

## 内容简介

这是一本专门介绍古代美容术的大众医疗保健读物。书中形象而又具体地讲授了中国历代宫廷与民间的美容秘方和护肤妙招，以及东西方一些国家的古老美容方法。本书内容翔实，资料可靠，古为今用，易懂好爱，集知识性、科学性、实用性于一体，是一本非常难得的美容护肤参考书，不失为广大现代女性朋友的良师益友。

## 目录

### 一、中国古代美容术概要

萌芽时期

发展时期

提高时期

### 二、古代女子美容化妆之道

妆粉

傅粉

胭脂

燕脂

额黄

画眉

口红

花钿

香

附：中国古代的天然香氛

### 三、古代中医美容整形之术

汉代的穿孔吊环术

唐代的人工酒窝

缠足

北宋的面部磨削术

南宋的义眼术

元代的鼻梁修补术

清代的缺唇修复

### 四、普通中草药美容圣品

益母草

金银花

何首乌

龙胆草

夏枯草

女贞子

人参  
火棘  
沙棘  
当归  
玉竹  
灵芝  
藿香  
天麻  
茯苓  
白芷  
甘草  
白术  
皂角

其他药食两用的天然美颜植物

## 五、常见食物美容珍品

猴头菇  
西红柿  
胡萝卜  
豆腐  
萝卜  
竹荪  
香菇  
苹果  
木瓜  
西瓜  
葡萄  
蜂蜜  
花粉

## 六、中国历代宫廷美容秘方

唐朝之前宫廷美容秘方

汉代吕后的平民燕窝

飞燕药膳——白芝麻羊奶

陈朝张丽华美容秘术——《枕中方》

隋宫腋臭方

隋宫增白方

盛唐时期宫廷美容秘方

武则天的美容秘术

益母草留颜方

常敷面脂

养颜“蜜”方

太平公主的桃花面膜

杨贵妃的美容秘术

太真红玉膏  
桃仁洗面方  
吃荔枝，服人参  
补血圣药——阿胶  
防风通圣散  
温泉沐浴并拍打全身  
永乐公主的蒺藜茶  
永和公主的澡豆、洗面粉  
澡豆  
洗面粉  
唐朝宫廷其他女性的养颜秘术  
元朝宫廷美容秘方  
明朝宫廷美容秘方  
清朝宫廷美容秘方

## 七、中国古代民间美容方

美白润肤  
祛斑除痕  
祛皱防皱  
祛痘抗痘  
驻颜抗衰  
丰胸减肥  
其他秘方

## 八、外国古老美容术

日本古老美容术  
朝鲜古老美容方  
西方古老美容术

## 在线试读部分章节

### 一、中国古代美容术概要

美容究竟起源于何时？何代？发起于哪一个民族？已无法准确的考证。原始部落的人群从懂得用树叶遮羞到祭祀中为表示对神灵的崇敬而将脸上涂满颜色，或为了吸引异性而佩戴兽牙等，大概就是美容化妆活动的雏形吧！但无论社会如何发展人类如何进步，有一点我们是完全可以相信的，美是人类所追求的共同目标。当人类有了美的意识，便有了锲而不舍的追求。爱美不仅是人类的天性，而且爱美还是人类进化和文明发展的标志。

“美容”一词，最早源于古希腊的“komsetikos”，意为装饰。其旨在应用化妆品和化妆技术，改善人体的面容、五官、须发、体肤、气味等质量，除去身体的污垢，使头面青春长驻，皮肤细腻洁白，躯干肥瘦匀称，身体幽香隽永，自身的优美得到充分的发

挥，缺陷得到适当的弥补，身体各种要素得以协调和统一，产生有益的叠加与相互促进作用，起到增容驻颜、遮丑抗衰的效果。从而强化人与人之间微妙的凝聚力，提高人们同社交相关的诸多优势，同时使身体的健康水平也有所改善。

中国是世界四大文明古国之一，她的灿烂文化，对人类进步作出了巨大贡献。同世界各国相比，中国传统中医药不但在防病治病上有卓越的疗效，而且在美容保健方面也积累了丰富的实践经验，有着五千年的悠久历史。远在遥远的太古时代就有人用花卉或者植物制作原始的“天然化妆品”。

.....

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)