

《最爱精油 芳疗百科》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2012年07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：9787534595240

内容简介

《最爱精油·芳疗百科（汉竹）》立足于介绍精油和精油的使用方法，详细介绍30种最常见精油的特性、使用方法以及禁忌等内容，从美容问题、亚健康状况、瘦身问题等方面出发，以精油爱好者和美容院的学习生为主要读者，做一本精油芳疗百科全书。《最爱精油·芳疗百科（汉竹）》将精油使用与中医按摩手法相结合，方法更适合我国受众，效果更明显，同时也扩大了受众范围。《最爱精油·芳疗百科（汉竹）》大胆的缩小了单方精油的数量，删去了不常使用的精油，将最常见、最有效的品种呈献给读者，减少了读者在选择上的迷茫。

作者简介

庄瑞珍，中国台湾忆依整体造型美容学院董事长芳香疗法照护协会中国台湾省台南市常务理事电视台美容专栏现场直播call in 美容专家广播节目美容现场直播call in 美容专家江苏恒泽堂首席美容顾问李家雄中国台湾知名中医内科医师、针灸推拿指导老师，现为李家雄中医诊所所长及负责人，以及各大报章杂志养生专栏执笔、电视广播节目主讲。

目录

Part1 初识精油,走近芳疗芳疗的灵魂——精油

精油是什么

精油的萃取来源

不一样的精油特性

认识精油的种类

高品质才有好疗效

精油芳疗的好处多多

克服身体亚健康

使身、心、灵平衡与和谐

精油最佳搭档——基础油

什么是基础油

常见的基础油介绍

延长基础油保存期的方法

基底油的浓度和精油滴数的基准

前言

如果有一种疗法可以让您不打针、不吃药便能瘦身、改善疾病、减轻不适、舒缓压力...
...越来越健康，而且还外带些许的香味，您会尝试吗？

我教精油放疗课程十几年了，其实精油在平时生活中，可以是信手拈来的事，1滴玫瑰精油加在营养霜，可消退红肿的过敏皮肤；用天竺葵、罗马洋甘菊舒缓经痛；瘦身可用杜松或姜泡澡；茶树、薰衣草臀浴治轻微的膀胱炎；尤加利可针对抽烟引起的支气管干咳。所以有越来越多的人发现芳香疗法的优点，并且利用芳香疗法来维持身心健康。随着许多现代新疾病的出现，医学界一直在发展新的治疗法，在传统的药物治疗之外，再添芳香疗法的治疗方式，也已经成为医疗新趋势。

书的后段，特邀李家雄先生合作中医芳疗部分，本书结合了中医学和精油芳香疗法两者的优点，特别介绍了每个症状的按摩穴点与精油调配，按图索骥、简单易学；李医师还提供食疗处方，非常实用，这本书既可作为芳香专业人员极佳的参考工具，也能为一般读者提供精油芳疗知识。

特别感谢好友黄秀琴老师，协助校稿并对许多精油配方提出了宝贵意见！

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)