

# 中国美容秘诀

中药美容法

饮食美容法

气功美容法

按摩美容法

针灸美容法

化妆美容法

面膜美容法

果酸美容法

皮肤病防治

张湖德 主编

中国纺织出版社

75

## 内 容 提 要

中医传统美容崇尚自然, 讲究身心、脏腑、经络、气血的全面调整, 由里及表, 并注重整体效应, 这种美容方法正日益受到人们青睐。本书全面介绍了中医传统美容的各种方法, 如药物法、饮食法、按摩法、气功法、装饰法、面膜法、浴身法等等。书中还列举了常见的有损美容的疾病及其防治措施。本书内容全面而丰富, 方法简单, 实用性很强, 是一本较好的指导美容的书。

## 图书在版编目 (CIP) 数据

中医美容秘诀/张湖德主编. 北京: 中国纺织出版社, 1995. 6

ISBN 7-5064-1167-9/TS·1028

I. 中… II. 张… III. 美容-中医学 IV. R161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (95) 第 12979 号

责任编辑: 李娟

中医美容秘诀

张湖德 主编

中国纺织出版社出版发行

北京东直门南大街 4 号

邮政编码: 100027 电话: 01-4662932

中国纺织出版社印刷厂印刷

各地新华书店经销

95 年 11 月第 1 版 95 年 11 月第 1 次印刷

开本: 850×1168 毫米 1/32 印张: 6

字数: 150 千字 印数 1—10000

定价: 7.60 元

## 序

人皆有爱美之心。健美的形体是旺盛的生命力的象征，是青春魅力的所在。美带给人舒适、轻松、愉悦；美给人以享受，象征着向上、兴旺、发达；美能激发人的激情，鼓舞人们进取。美是人类自身不断追求的目标。

中医传统美容是医学美容的一个重要方面，其特点是重在自然美、整体美，讲究身心、脏腑、经络、气血的全面调整，既治表又治里，由里及表，崇尚自然，注重整体效应。

中医美容自古至今已有几千年的历史，积累了丰富的经验，其美容方法丰富多采，常用的有药物美容、饮食美容、针灸美容、按摩美容、气功美容、装饰美容、面膜美容、浴身美容等等。中医美容多选用天然中草药，有的仅用一、二味中草药，就能取得较好美容效果，而且价格便宜、安全可靠。也正是由于中医美容有上述众多的优点，在当前蓬勃发展的美容事业中，它已闪烁出灿烂夺目的光辉。我们深信中医美容必然成为未来生命科学的一个研究方向。

张湖德先生是近年来活跃在中医科普园地的一名积极耕耘者，已在全国有影响的一百多家报纸、杂志上发表过近千篇文章，为繁荣中医药文化做出了有益的工作，是有一定影响的科普作家。相信他的《中医美容秘诀》一书，将会在美容方面给人们以启示和帮助，为中医药学术的发展与普及多有裨益。爰为之序以致贺意。

北京中医药大学第一副校长  
中国中医药学会副会长内科学会主任委员  
王永炎

1994年4月15日

---

主 编：张湖德  
副 编：周 俭  
协 编：高延培 姚建强  
          刘桂茹 张 苍  
          刘 震 江洪洁

查看完整版

付费下载



---

## 【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





## 【风水】风水命理资料合集\_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



## 【中医】中华传统医学资料大全\_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



## 【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术\_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



## 【武术】传统武术与现代搏击术\_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



## **【集藏】经史子集库\_13300 卷**

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



## **【国画】传世名画 \_ 6100 卷**

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



## **【县志】方志\地方县志\乡志\地理志\_8100 册**

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



## **【国学】中华古籍库—32 万册古籍书**

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

**【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>**