

江苏中药美容 南京美再美中药美容店 中医中药美容

产品名称	江苏中药美容 南京美再美中药美容店 中医中药美容
公司名称	南京市栖霞区邹秀莲美容店
价格	面议
规格参数	
公司地址	南京市栖霞区尧佳路9号尧化门安装公司隔壁
联系电话	15005175656

产品详情

药浴药材：30克、葛根60克、白芍50克、薄荷20克。

使用方法：同上。

功效：可以放松肌肉，消除肌肉紧张、清爽肌肤。

制作方法

黄婉秋养颜制作一步：

、参、黄芪、各10g放进砂锅；

加入两碗清水；

再放进一个生鸡蛋；

中火煮10min（鸡蛋快熟的时候）。

黄婉秋养颜制作第二步：

将熟鸡蛋剥去皮后，再放进沙锅内；

加入1/3块驴皮；

中火继续煮5~10min左右；

后当然是喝药汤，蛋了。

让皮肤变白暂水嫩的中药面膜

一、人参润肤面膜

材料与做法：人参、桔梗、磨成粉末，加上、上好珍珠粉等调成。

二、三白面膜

材料与做法：粉1茶匙、白茯苓粉2茶匙、粉1茶匙、芦荟鲜汁、蜂蜜或牛奶适量。将以上三种粉混和，冬天加蜂蜜适量调和，如果感觉黏就加几滴牛奶。夏天或是超肤就只加牛奶适量调和。每次敷于面部20~30分钟。

三、绿豆三白面膜

料与做法：绿豆粉、粉、白茯苓、粉以2:1:2:1的比例调制，可酌加1个鸡蛋蛋清或蜂蜜。

温馨提示：喜好花香者，可加玫瑰精油或研成末的干燥桂花。

女性春季养生应该注意

一、起居规律 在春天到来之时，中药美容，皮肤舒展，中医中药美容，末梢血液供应增多，汗腺分泌也增多，身体各个地方负荷加大，而神经系统却发生一种镇痛、作用，肢体感觉困倦。这时千万不可贪图睡懒觉，因为这不利于阳气升发。刘敏说，捂的度就是不能过汗，如果天气很热了还里三层外三层的捂着，出很多汗就不好了。为了适应这种气候转变，在起居上应早睡早起，经常到室外、林荫小道、树林中去散步，与大自然融为一体。春天气候多变，时寒时暖，同时人体皮表疏松，对外界的抵抗能力减弱，所以春天到来之时不要一下子就脱去厚衣服，尤其是体质虚弱者。

二、饮食调养 春季人体新陈代谢开始旺盛，饮食宜选用辛、甘、微温之品。春季饮食应避免吃油腻生冷之物，多吃富含维生素B的食物和新鲜蔬菜。因为夏季温度升高很多，导致皮肤的水分极易挥发掉，所以皮肤就会出现缺水的状况，要想保持肌肤水润健康，我们就必须时刻准备给肌肤补水。现代医学研究认为，饮食过量、缺少维生素B是引起春天发困的原因之一。春天是肝旺之时，多食酸性食物会使肝火更旺，损伤脾胃。应多吃一些味甘性平，且富含蛋白质、糖类、维生素和矿物质的食物，如瘦肉、禽蛋、牛奶、蜂蜜、豆制品、新鲜蔬菜、水果等。

三、养足精神 人的精神活动必须顺应气候的变化。人体受季节影响极大的时候是季节更替期间，尤其是冬春之交。体育锻炼是一种锻炼，劳动也是一种锻炼，人体不断的活动，保证气血的运行畅通周流，就会有健康的身体。有些人对春天气候的变化无法适应，江苏中药美容，易引发精神疾病。现代医学研究表明，不良的情绪易导致肝气郁滞不畅，使神经内分泌系统功能紊乱，功能下降，容易引发性疾病。因此，春天应注意情致养生，保持乐观开朗的情绪，以使肝气顺达，起到防病的作用。阳春三月是万物始生的季节，此时要力戒动怒，更不要心情抑郁，要做到心胸宽阔，中药美容霜，豁达乐观；身体要放松，要舒坦自然，充满生机。

四、运动养护 入春以后要适应阳气升发的特点，加强运动锻炼，可以到空气清新的大自然中去跑步、打

拳、做操、散步、打球、放风筝，让机体吐故纳新，使筋骨得到舒展，为一年的工作学习打下良好的健康基础。它具有不易干燥，易于粘着人体体表，作用持久深入，可保护皮肤，防止外界物理、化学因素影响等特点。实践证明，春季经常参加锻炼的人，抗病能力强、思维敏捷、不易疲劳、办事。

五、保暖防病

江苏中药美容-南京美再美中药美容店-中医中药美容由南京市栖霞区邹秀莲美容店提供。南京市栖霞区邹秀莲美容店为客户提供“南京市栖霞区邹秀莲美容店”等业务，公司拥有“美再美”等品牌，专注于美容材料及用具等行业。如何制作痘印的面膜玉米粉牛奶面膜材料：玉米粉、牛奶做法：根据自己所需的量取些许玉米粉放在面膜碗中，然后加上适量的牛奶混合搅拌均匀，调制成细滑的泥状即可。 ，在南京市栖霞区尧佳路9号尧化门安装公司隔壁的名声不错。欢迎来电垂询，联系人：邹秀莲。