

رازهای طراوات و جوانی

(معرفی دمنوش‌ها و ماسک‌ها)

مصطفی کریمی

زهره کریمی [ترسا]

سرشناسه: کریمی، مصطفی، ۱۳۵۸ -

عنوان و نام پدیدآور: رازهای طراوت و جوانی: معرفی دمنوش‌ها و ماسک‌ها/
مصطفی کریمی، زهرا کریمی [ترسا].

مشخصات نشر: قم: فرشتگان فردا، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۱۲۴ ص.؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.

شابکد ۹۷۸-۶۲۲-۶۶۱۰-۲۸-۵

عنوان دیگر: معرفی دمنوش‌ها و ماسک‌ها.

موضوع: Beauty, Personal

موضوع: Skin -- Care and hygiene

موضوع: Face -- Care and hygiene

موضوع: Herbal teas

رده‌بندی کنگره: ۷۷۸۸۸

شماره کتابشناسی ملی: ۵۹۳۱۲۸۱

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

موضوع: زیبایی شخصی

موضوع: پوست -- مراقبت و بهداشت

موضوع: صورت -- مراقبت و بهداشت

موضوع: جوشانده‌های گیاهی

شناسه افزوده: کریمی، زهرا، ۱۳۸۰ -

رده‌بندی دیویی: ۷۲/۶۴۶



رازهای طراوت و جوانی (معرفی دمنوش‌ها و ماسک‌ها)

گردآورندگان: مصطفی کریمی، زهرا کریمی [ترسا]

ناشر: فرشتگان فردا

چاپخانه: مؤسسه بوستان کتاب

نوبت و سال چاپ: اول، ۹۸

شمارگان: ۲۰۰ نسخه

شابکد ۹۷۸-۶۲۲-۶۶۱۰-۲۸-۵

تلفن مرکز پخش: ۰۲۱۷۶۳۳۲۷۳۰ - ۰۹۱۳۹۳۴۱۲۴۵

حق چاپ محفوظ

۲۰۰۰۰ تومان

فهرست:

- بخش اول: دانستنی‌های مفید ۱۳
- ادویه چیست؟ ۱۴
- اکسیدان (رادیکال آزاد) و آنتی‌اکسیدان چیست؟ ۱۴
- هشدار!!! ۱۵
- بخش دوم: انواع چای و دمنوش‌ها ۱۹
- مقدمه ۲۰
- فصل اول: انواع چای گیاهی ۲۳
- چای اسطوخودوس (طبیعت گرم و خشک) ۲۶
- چای اکلیل کوهی [ارزماری] (طبیعت گرم و معتدل) ۲۶
- چای انار دارچین ۲۷
- چای آلبالو (دم‌کرده میوه آلبالو) ۲۸
- چای آویشن (طبیعت معتدل) ۲۸

- چای بابونه ۲۹
- دم‌نوش بابونه و بهارنارنج ۲۹
- چای بادرنجبویه (طبیعت بسیار گرم) ۳۰
- دم‌نوش به ۳۰
- چای به‌لیمو ۳۱
- چای بهارنارنج (طبیعت گرم) ۳۱
- چای پونه کوهی و آویشن ۳۲
- چای پونه کوهی ۳۲
- چای ترش (چای مکّه) ۳۳
- چای ترخون (طبیعتی گرم و خشک) ۳۴
- دم‌نوش جعفری ۳۵
- چای چلتوک برنج (شلتوک) ۳۷
- چای دارچین (طبیعت گرم و خشک) ۳۸
- چای دارچین و زنجبیل ۳۸
- چای زرشک ۳۹
- چای زعفران ۳۹
- چای زنجبیل (طبیعت گرم و خشک) ۴۰
- چای زیرفون ۴۱
- چای زیره سیاه ۴۱
- چای سبز ۴۲

- چای سیاه با طعم نعنای و لیمو ۴۳
- دم‌نوش شنبلیله و زنجبیل ۴۳
- چای عناب ۴۴
- چای غوره ۴۵
- چای فلوس ۴۶
- چای قره‌قات (قراقات) ۴۶
- چای کوهی (چای پشمی) ۴۷
- چای گزنه ۴۷
- چای گل پنیرک ۴۸
- چای گل سرخ ۴۹
- چای گل‌گاوزبان و سنبل‌الطیب (طبیعت گرم و تر) ۴۹
- چای گلپر (طبیعت گرم و خشک) ۵۰
- چای مرزنجوش (طبیعت گرم) ۵۰
- دم‌نوش مرزه ۵۱
- چای میوه گل نسترن (طبیعت گرم) ۵۲
- چای نعنا یا پونه (طبیعت گرم) ۵۲
- فصل دوم: چای و دم‌نوش‌های متناسب با فصل سرما ۵۵
- چای اکالیپتوس ۵۶
- چای جینسنگ ۵۷
- چای رازیانه ۵۸

چای مریم‌گلی	۵۹
فصل سوم: دمنوش‌های گیاهی برای حفظ جوانی	۶۱
چای گل‌گلایل (زیبایی ناخن‌ها و موها)	۶۲
چای گل‌ساعتی (خواب خوب)	۶۳
چای سبز و نعنای فلفلی (کاهش وزن)	۶۳
چای زنجبیل و نعنای فلفلی	۶۴
چای کاسنی (رفع سوءهاضمه)	۶۴
چای بنفشه وحشی (شفاف‌سازی پوست)	۶۵
چای گزنه (سلامت پروستات)	۶۵
چای زبان‌گنجهک	۶۶
چای آرتیشو (پاک‌سازی بدن و دفع سموم)	۶۸
بخش سوم: ماسک‌ها	۶۹
مقدمه	۷۰
فصل اول: ماسک برای پوست	۷۲
ماسک ضد لک قوی	۷۴
داشتن پوست شفاف و روشن در ۳۰ دقیقه	۷۴
معجزه ای برای پوست	۷۵
ماسک انار و کاکائو	۷۵
ماسک سیب و عسل	۷۶
ماسک سفیدی دست	۷۶

- ماسک سفت کننده پوست ۷۷
- ماسک پاکسازی پوست ۷۷
- ماسکی دیگر برای پاکسازی پوست ۷۸
- ماسک طراوت و شفافیت پوست ۷۸
- ماسک آبرسانی پوست خشک ۷۹
- ماسک برای پوست های جوش دار ۷۹
- ماسک ضد چروک دور لب ۸۰
- ماسک رفع تیرگی، ضد پیری ۸۰
- ماسک کاهش چین و چروک پوست ۸۱
- ماسک سفید کننده پوست صورت ۸۲
- ماسک شفاف کننده پوست ۸۲
- از بین بردن جوش ۸۳
- رفع جوش ۸۳
- مناسب برای رفع جوش ۸۴
- ماسک درمان جوش ۸۴
- ماسک کاهش قرمزی پوست ۸۵
- ماسک رفع خط زیر چشم ۸۵
- ماسک کاهش لکه های تیره ۸۶
- ماسک لایه بردار ۸۷
- ماسک سدر ۸۷

ماسک برای درمان جوشهای غرور جوانی (آکنه) ۸۸

ماسک رفع منافذ باز پوست ۸۸

ماسک درخشان کننده پوست ۸۹

ماسک شگفت انگیز درمان جوش ۹۰

ماسک مناسب برای جوش ۹۰

ماسک ضد چروک ۹۱

فصل دوم: ماسک های موی تخت ۹۳

مقدمه ۹۴

ماسک نرم کننده مو ۹۵

ماسک مرطوب کننده مو ۹۵

ماسک ترمیم و تقویت کننده مو ۹۶

ماسک آلونتهورا ۹۶

ماسک شفاف سازی مو ۹۷

ماسک روغن آرگان ۹۷

ماسک رفع خشکی موها ۹۸

ماسک آبرسانی و درخشندگی موها ۹۸

ماسک موهای نازک و ضعیف ۹۹

ماسک تقویت مو ۱۰۰

ماسک بلند کردن مو ۱۰۰

ماسک تقویت موهای چرب ۱۰۱

ماسک درخشان کردن مو ۱۰۱

ماسکی برای لخت کردن مو ۱۰۲

ماسک براق کننده مو ۱۰۲

ماسک جلوگیری از موخوره ۱۰۳

ماسک درمان موخوره ۱۰۳

ماسک درمان ریزش مو ۱۰۴

فصل سوم: ماسک موهای فر ۱۰۵

مقدمه ۱۰۶

ضد وز و رفع خشکی ۱۰۸

ماسک نارنج ۱۰۸

ماسک دارچین ۱۰۹

ماسک فندق ۱۱۰

ماسک کاکائو ۱۱۱

ماسک بابونه ۱۱۱

ماسک آلوئه‌ورا ۱۱۲

ماسک نرم کننده موهای فر ۱۱۳

ماسک بامیه ۱۱۴

ماسک تخم کتان ۱۱۴

بمب آب‌رسان ۱۱۶

ماسک کتیرا ۱۱۷

۱۱۸..... ماسک گلاب

۱۱۸..... ماسک شیر و عسل

۱۲۰..... منابع کتاب

www.Ketab.ir