

壽

Pielęgnacja skóry i ciała

z wykorzystaniem
tradycyjnej
medycyny chińskiej

Michelle O'Shaughnessy, DOM



Pielęgnacja Skóry i Ciała

z wykorzystaniem tradycyjnej
medycyny chińskiej

**Michelle O'Shaughnessy,
Specjalista Medycyny Wchodniej,
DOM (Doctor of Oriental Medicine), CIDESCO**

Spis treści

O autorze	i
Podziękowania	ii
Wstęp	iii
1. Historia Tradycyjnej Medycyny Chińskiej	1
2. Qi	5
3. Yin i Yang	9
4. Meridiany	15
5. Diagnoza na podstawie wyglądu języka	45
6. Pięć żywiołów	51
7. Kolory i pory roku	61
8. Chińska Medycyna Ziołowa	65
9. Chińskie zioła	71
10. Smaki	83
11. Akupunktura	89
12. Akupunktura twarzy	93
13. Qigong	97
14. Masaż akupresurą	101
15. Zupy dla dobrej kondycji skóry	123
Podsumowanie	147
Indeks	149