

四时养生万年历



[四时养生万年历 下载链接1](#)

著者:王建

出版者:气象出版社

出版时间:2004-1

装帧:平装

isbn:9787502927622

本书根据中医养生学的理论，对合气象学的有关知识，系统论述了四时与人体健康的关系以及四时养生的理论和基本原则。并根据春、秋、冬气候的不同特点，分别介绍了精神养生、气功养生、饮食养生、药物养生、季节病防治、防肤美容知识等。内容丰富、指导具体，是人们防病养生的良师益友。

作者介绍:

目录:

[四时养生万年历 下载链接1](#)

标签

评论

[四时养生万年历 下载链接1](#)

书评

[四时养生万年历 下载链接1](#)