

吳明珠漢方塑身養生魔法書



[吳明珠漢方塑身養生魔法書_下载链接1](#)

著者:吳明珠

出版者:年代全球文化

出版时间:20050117

装帧:

isbn:9789572862230

◎全彩印刷，內附活力養髮DVD特典本書主要分七個單元：〈中醫美容塑身〉、〈生理期調理〉、〈對抗文明病〉、〈增強體質〉、〈減緩衰老〉、〈兒童保健〉、〈家庭急症〉。

內容包括每個家庭成員都可能遇到的大小疾病或困擾，例如姐姐媽媽最關心的塑身問題、中年男性最傷神的掉髮及性功能衰退問題、春夏秋冬四季如何養生、如何面對頭痛、失眠等問題，小朋友反覆感冒或如何防治腸病毒；臨床經驗豐富的中醫師吳明珠都有辦法為您解決，她貼心地提供讀者以茶飲、藥膳、按摩或泡澡的方式改善，全部都可在自己動手做！而且本書以介紹漢方保健出發，使讀者瞭解何謂漢方保健、漢方保健的好處、常用中藥有哪些、穴位按摩的功效、泡澡的功效及注意事項等，有這些基本瞭解後，再按照書中提供的處方來進行更是事半功倍。

作者介绍:

吳明珠

北京中醫藥大學中醫碩士、中醫師特考及格，現為台北市立中興醫院與婦幼醫院之中醫科主治醫師、中醫婦科醫學會理事、中醫臨床醫學會教育委員。吳醫師經常受邀至各大媒體(如超視「女人一枝花」、TVBS「今夜女人香、年代「年代早報」.....等」解說漢方塑身養生，更著有十數種漢方藥膳或中醫美容等暢銷書籍。

目录:

[吳明珠漢方塑身養生魔法書_下载链接1](#)

标签

评论

[吳明珠漢方塑身養生魔法書_下载链接1](#)

书评

[吳明珠漢方塑身養生魔法書_下载链接1](#)