

# 自癒力—永保健康的金鑰匙



[自癒力—永保健康的金鑰匙 下载链接1](#)

著者:吳珮琪

出版者:時報文化

出版时间:2003-4

装帧:

isbn:9789571338880

善用人体本身的免疫力、自愈力，来维护健康、抵抗疾病的自然疗法，已是热门的健康风尚。在本书中，吴佩琪医师以实用性的观念与解说，带领读者了解自愈力疗法的原理与奥妙，破解一般人错误的医病迷思，并指出脊椎健康是牵动全身身体机能运作的关键，也是启动自愈密码的金钥匙；此外，并透过「健康DIY」、「医Q充电站」等小单元提供一些与日常生活和文明疾病息息相关的DIY自愈疗法和养生原则，从饮食、运动、生活作息、情绪调整等各方面，希望帮助读者以最自然无害的方法，改善免疫系统，唤醒与生俱来的自愈能力，重视正确的保健与养生，活出自然、健康、快乐、美丽、青春的美好人生。

作者介绍:

目录:

[自癒力—永保健康的金鑰匙 下载链接1](#)

标签

健康

台灣

卫生保健

养生

Taiwan-台灣

Health-健康

评论

-----  
[自癒力—永保健康的金鑰匙\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[自癒力—永保健康的金鑰匙\\_下载链接1](#)