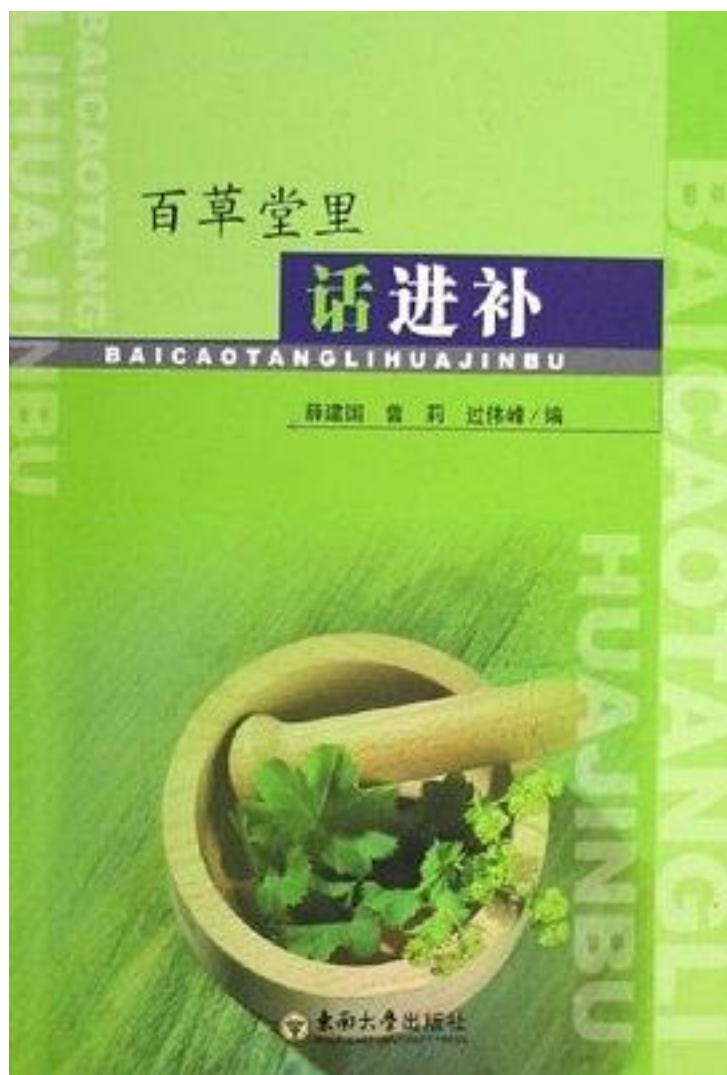


百草堂里话进补



[百草堂里话进补_下载链接1](#)

著者:薛建国

出版者:东南大学出版社

出版时间:2005-12

装帧:简装本

isbn:9787564102005

《百草堂里话进补》简介：“冬令进补，开春打虎”、“三九补一冬，来年无病痛”。这是我国民间流传甚广的养生谚语，说明冬令乃是进补强身、祛病延年的大好季节。那么，冬令如何进补呢？当你面对琳琅满目的保健品，又该如何选择呢？本书就来告诉你，《百草堂里话进补》由著名中医谈如何进补，包括新婚夫妇、妇女、儿童、中年人、老年人、脑力劳动者如何进补，常用滋补品如人参、黄芪、胎盘、地黄、鹿茸、虫草、核桃等有何作用，如何服法及如何贮藏和保管等。

作者介绍:

目录:

[百草堂里话进补_下载链接1](#)

标签

评论

[百草堂里话进补_下载链接1](#)

书评

[百草堂里话进补_下载链接1](#)