

传世养生本草



[传世养生本草_下载链接1](#)

著者:施顺芝

出版者:第1版 (2005年1月1日)

出版时间:2005-6

装帧:平装

isbn:9787538013429

知道怎样才能在日常的均衡饮食中达到食疗的效果吗？本书从中医药理论、动植物营养成分、药用功效、养生保健功能、宜食、忌食、保健良方等七大方面，用通俗易懂的文字，图文并茂的形式，指导你正确认识、科学地运用各种养生保健知识和方法，从而做到养生得法、身心健康。

本书从中医药理论、动植物营养成分、药用功效、养生保健功能、宜食、忌食、保健良方等七大方面，用通俗易懂的文字，图文并茂的形式，指导你正确认识、科学地运用各种养生保健知识和方法，从而做到养生得法、身心健康。

作者介绍:

目录:

[传世养生本草_下载链接1](#)

标签

魏国

评论

[传世养生本草_下载链接1](#)

书评

[传世养生本草_下载链接1](#)