

我的中药养发书



[我的中药养发书 下载链接1](#)

著者:吴大真

出版者:

出版时间:2012-10

装帧:

isbn:9787538454666

《我的中药养发书》(作者吴大真)是“大医堂中医名家养生系列”之一。

《我的中药养发书》包括了理发是护发保健措施；房事过频也是秀发的大敌；夏季护发，啤酒功效佳；冬季养护头发，养肾滋阴是关键；何首乌，乌发首选；润燥柔发，告别脆弱与断裂等内容。

作者介绍:

目录:

[我的中药养发书_下载链接1](#)

标签

养发

头发

养生保健

脱发

护发

健康

长发

醫學

评论

后几章有些重复

还好，有些明白自己的问题，可以针对性的吃点养发食物，补气血，调养身体。

[我的中药养发书_下载链接1](#)

书评

[我的中药养发书_下载链接1_](#)