

健康与养生



[健康与养生_下载链接1](#)

著者:曲莉莉

出版者:

出版时间:2008-4

装帧:

isbn:9787538533002

《健康与养生》共分健康篇与养生篇两个篇章。其中，健康篇会向您推荐一系列常见病的食疗方法，使您能够在日常饮食中轻而易举地对抗疾病。而养生篇主要介绍了相当具有实用价值的养生之道，详细地从妇幼、老人、饮食以及心理等几方面阐述了一些简单而易行的养生之法。

作者介绍:

目录:

[健康与养生_下载链接1](#)

标签

中医

评论

[健康与养生_下载链接1](#)

书评

[健康与养生_下载链接1](#)