

重在调理



[重在调理_下载链接1](#)

著者:叶明

出版者:

出版时间:2009-6

装帧:

isbn:9787507814705

《重在调理(中医养生保健专家讲座)》以传统中医理论为指导，用通俗的语言，论述了

中医养生的基本法则以及实施要点，内容包括精神养生、饮食养生、生活起居养生、运动养生、药物养生、医疗保健养生、四季养生。内容丰富，深入浅出，是人们祛病健身、健康长寿的必备参考书。

作者介绍:

目录:

[重在调理_下载链接1_](#)

标签

随笔

当当读书

企业

评论

[重在调理_下载链接1_](#)

书评

[重在调理_下载链接1_](#)