

# 从头到脚话养生



[从头到脚话养生\\_下载链接1](#)

著者:良石,席翠平

出版者:

出版时间:2009-2

装帧:

isbn:9787538860191

《从手到脚话养生》从人体的各个部位的养生入手，结合了中医的养生智慧，给你最贴心的养生建议。参照《从手到脚话养生》中的方法，你能够在养生过程中获得更实用、更科学的方法。为了便于你的阅读，书中还集结了一些关于人体的趣谈，让你在轻松阅读之余，能够对人体的奥秘有更充分的了解。参照《从手到脚话养生》的饮食和理疗方法，能够让你的养生过程更轻松！养生是个长久不衰的话题。追求健康长寿是人们世代追求的愿望。

作者介绍:

目录:

[从头到脚话养生\\_下载链接1\\_](#)

## 标签

医学

养生

中医

## 评论

-----  
[从头到脚话养生\\_下载链接1\\_](#)

## 书评

-----

