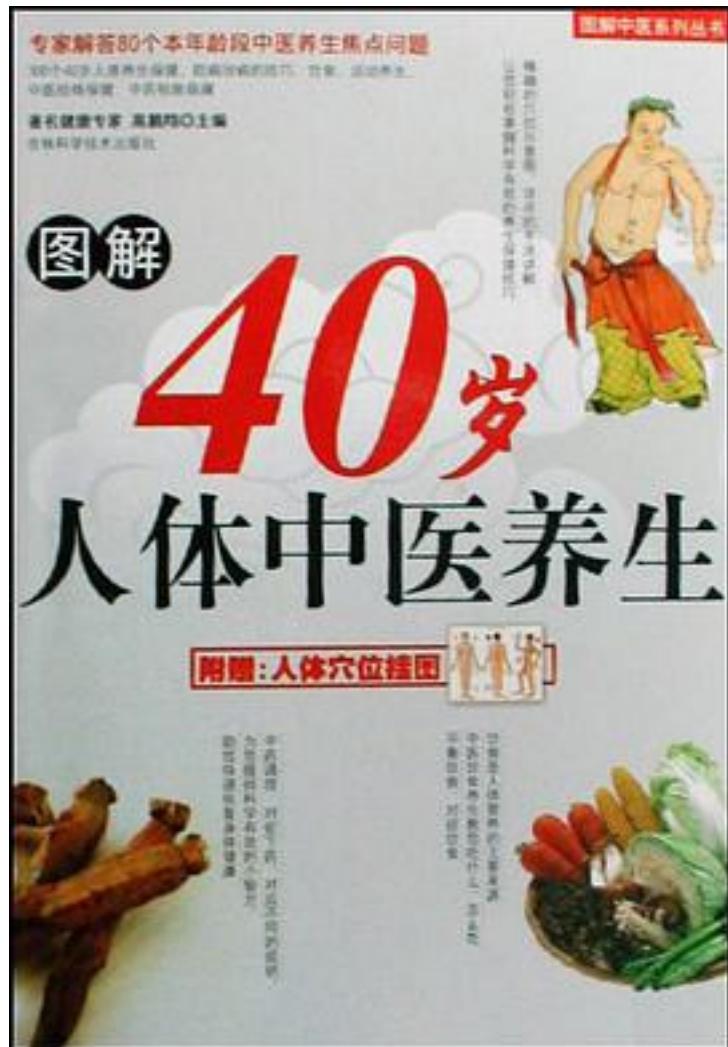


图解40岁人体中医养生



[图解40岁人体中医养生 下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-3

装帧:

isbn:9787538440522

《图解40岁人体中医养生》根据40岁人的体质和身心特点，结合N种此年龄段人群的普遍症状，突出中医传统养生保健的理论和方法，结合现代医学知识，力图从40岁人的健康理念、常见疾病、日常饮食、运动保健、心理卫生、官能养生等方面，多角度、全面系统阐述40岁人体养生保健的实际应用，并总结筛选了人体养生保健的300#@行之有效的方法，对症下药。为已过不惑之年的您解决健康问题，消除健康隐患。

40岁不仅是人生的十字路口，也是人体健康的“丁字路口”，是人体健康最关键的年龄段。不惑之年，如何继续保持人体健康，如何尽快调整好身心让自己无后顾之忧，已经成为这一年龄段人群最为关注的问题。

作者介绍:

目录:

[图解40岁人体中医养生 下载链接1](#)

标签

当当读书

评论

[图解40岁人体中医养生 下载链接1](#)

书评

[图解40岁人体中医养生 下载链接1](#)