

国医养生健康细节



[国医养生健康细节 下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-3

装帧:

isbn:9787542742599

《国医养生健康细节》讲述人体是一个充满智慧的机体。长期以来，我们过于依赖科学，总是寄希望于未来能够发明新药，或者某项研究成果一举征服某种威胁人类生命的疾病。也因此，我们低估了人体的智慧，忽略了身体的自我修复能力。其实，只要我们顺应身体的作息规律，把简单而又行之有效的健康法则付诸实践，就不难发现，健康养生并不像想象的那么难以企及，健康的体魄恰恰源自于“种瓜得瓜”、“种豆得豆”的日常生活细节中。

作者介绍:

目录:

[国医养生健康细节_下载链接1](#)

标签

健康

科普

生活

养生

图说生活

医学

养生 健康

健康

评论

[国医养生健康细节_下载链接1](#)

书评

[国医养生健康细节_下载链接1](#)