

失眠调养100招



[失眠调养100招_下载链接1](#)

著者:健康100丛书编委会 编

出版者:

出版时间:2009-9

装帧:

isbn:9787500844723

《健康100丛书》是一套实用性较强的保健指导性读物。《失眠调养100招》从相关病

症的基本知识开始，指导读者正确摄取食物及各种营养素。从而远离疾病；并从中医学的角度，指导疾病患者使用简易有效的中医药材调养身体，让忙碌的现代人快速缓解、改善相关疾病症状，增强身体的免疫力，以达到治疗疾病、预防疾病的目的。

《健康100丛书》是现代人不可或缺的实用疾病调养指南！

作者介绍:

目录:

[失眠调养100招_下载链接1](#)

标签

555

评论

[失眠调养100招_下载链接1](#)

书评

[失眠调养100招_下载链接1](#)