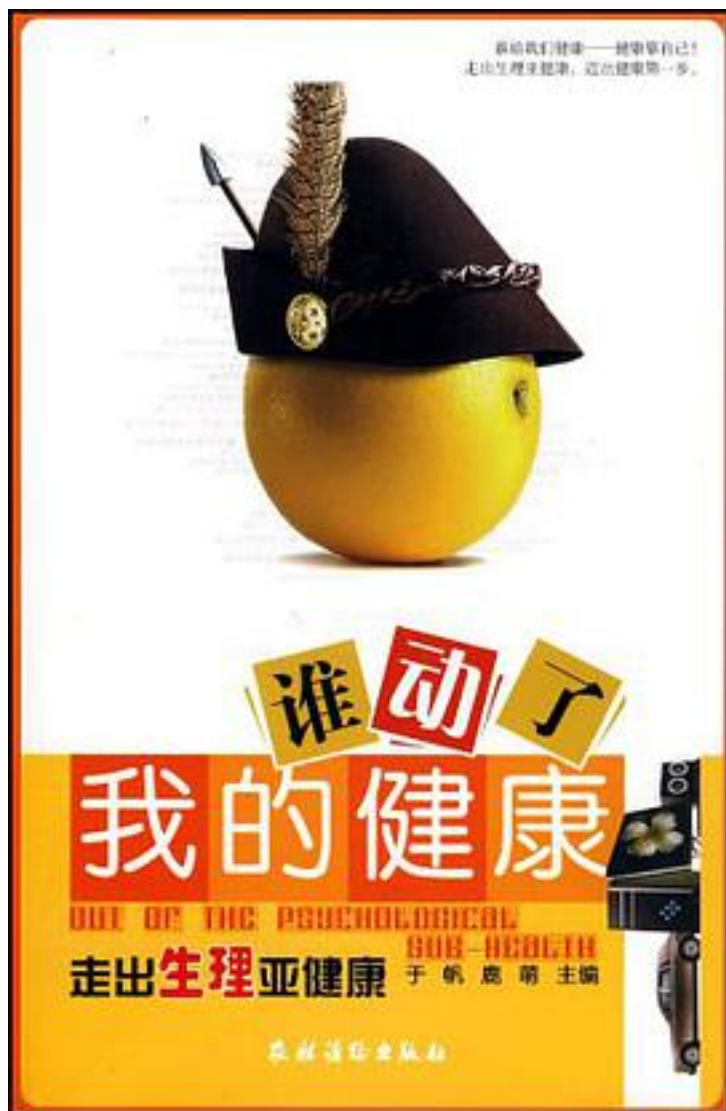


谁动了我的健康



[谁动了我的健康_下载链接1](#)

著者:钱异芬

出版者:

出版时间:2010-1

装帧:

isbn:9787539935379

《谁动了我的健康:百病不生养五脏》主要内容简介：“健康”无疑是当下最热门的词汇之一。现代社会物质文明高度发达，人们不再像过去那样只满足于温饱，我们的生活越来越多元化。生而为人，的确是一件幸事，尤其在这个高呼着“以人为本”的时代。于是，对“如何提高生活质量和保持身体健康长寿”此一永恒话题已不再仅流行于时尚的表面，大众迫切需要的是适合自己、贴近生活而又简单适用的养生方法，或者说一种养生理念。

作者介绍:

目录:

[谁动了我的健康_下载链接1_](#)

标签

养生

保健

中医

评论

[谁动了我的健康_下载链接1_](#)

书评

是一本不枯燥的养生书，能让我不停歇地看完，还感觉余味深长。“十常”养生保健法，我已经抄录下来，放在空间日志置顶的位置了，但愿闲来我会经常一练，我亲爱的朋友们，也要经常一练啊！身体是自己的，健康也要靠自己日常的行为中积聚而来。看来是我已经老了，所以才特别想多...

[谁动了我的健康_下载链接1](#)