

你可以是自己的医生



[你可以是自己的医生_下载链接1](#)

著者:崔钟雷 编

出版者:

出版时间:1970-1

装帧:

isbn:9787547004050

《你可以是自己的医生:居家护理常见病》从细处着手。分门别类。从解密人体语言开始，让我们读懂我们的身体密码；进而将健康量身定做。找准属于自己的保健方式。通过对经络按摩、日常运动、防治疾病、药补食疗等方面的详细介绍，让读者在追寻健康的过程中，改变不健康的生活方式。掌握不生病的养生保健方式，长期坚持，一定可以做到不生病或者少生病。相信自己。你可以是自己的医生。

作者介绍:

目录:

[你可以是自己的医生_下载链接1](#)

标签

评论

[你可以是自己的医生_下载链接1](#)

书评

[你可以是自己的医生_下载链接1](#)