

# 做自己的华佗



## 做自己的华佗 [下载链接1](#)

著者:曼珠沙华

出版者：

出版时间:2010-2

装帧:

isbn:9787510407819

《做自己的华佗:女性健康枕边书》主要内容简介：现代都市女性个个光鲜夺目、坚强

独立，可这个时代的女人也比任何一个时代的女人都累，因为在梦想面前没有性别之分，女人也必须像男人一样拼命。我们女人同样承受着无边的压力，我们的身体像个陀螺，当转动成了一种惯性，我们已经无法停下。而亚健康、色斑、妇科疾病等，也随着这种不停的转动开始危及我们的身体健康。

《做自己的华佗:女性健康枕边书》就旨在帮助女性朋友树立正确的健康观念，对健康有一个科学而全面的认识。让女性了解在日常生活中如何保持健康的运动、饮食和作息时间教会女性如何预防和应对常见疾病的困扰！

作者介绍:

目录:

[做自己的华佗 下载链接1](#)

标签

评论

---

[做自己的华佗 下载链接1](#)

书评

---

[做自己的华佗 下载链接1](#)