

小病不求人



作者：张步桃著

出版社：北京：中央广播电视大学出版社

出版日期：2009.09

总页数：229

介绍：本书作者为中国台湾最负盛名、被誉为“近代难得一见的神医”张步桃医师，张步桃医师结合家族三代家传经验以及四十余年精诚行医之所得，推出了《小病不求人》这一中医养生经典之作。本书既有高屋建瓴的宏观论述，更多的则是具体病症的解说剖析，还汲取《黄帝内经》、《伤寒论》、《金匱要略》等千年古籍精华，为读者提供了6大健康养生观、14个常见病防治方剂、15种疾病早期征兆详解以及数十个日常食疗保健小秘方。让您轻松掌握千年古方的自我辨证与防治，做回自己的快活健康守护大师。张步桃蔬果养生保健食疗歌诀 生梨润肺化痰好，苹果止泻营养高。黄瓜减肥有成效，抑制癌症猕猴桃。番茄补血助容颜，莲藕化淤解酒妙。紫茄祛风通大便，韭菜补肾暖膝腰。萝卜化痰消胀气，芹菜能治血压高。苋菜平衡酸碱值，补血又使痛风消。冬瓜消肿又利尿，黑豆绿豆解毒好。……

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12350852.html>）查找全本阅读方式

小病不求人 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12350852.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12350852.html>

书名：小病不求人