

怎样进补最健康



作者：陈德兴，葛德宏著

出版社：上海：上海科技教育出版社

出版日期：2010.01

总页数：326

介绍：您想摆脱虚弱、乏力吗？您想走出亚健康状态吗？您想使自己的身体更健康吗？适宜的进补不可忽视。但不了解进补的知识就不能达到进补的目的。《怎样进补最健康》一书将告诉您：补品、补药的“性味”，进补的方法，进补的注意事项，100多种补药、补品的成分、功效，不同季节、不同体质、不同年龄者的进补，以及25种临床常见症状和26种常见疾病的调补。同时，本书还将提醒您进补时必须注意的误区。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12455230.html>）查找全本阅读方式

怎样进补最健康 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12455230.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12455230.html>

书名：怎样进补最健康