## 代代永流传的科学养生智慧 47条你不可不知的健康养生谚



作者: 黄玮著

出版社:南昌:江西科学技术出版社

出版日期: 2010.03

总页数: 226

介绍:本书收集了这些谚语,通过谚语释义、养生原理、养生小窍门三个方面,阐释谚语的涵义,显示它在医学层面的科学性、可操作性,并整理出实用的方法。笔者也尽量避免复杂的专业术语,以利读者了解运用。希望通过本书,能重新唤起人们对于养生谚语的认识,对它们充分加以利用,并随时体会谚语中的科学养生原理,指导自己的健康生活,防患于未然。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/12527361.html) 查找全本阅读方式

代代永流传的科学养生智慧 47条你不可不知的健康养生谚 评论地址:

https://www.jiaokey.com/book/detail/12527361.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12527361.html

书名: 代代永流传的科学养生智慧 47条你不可不知的健康养生谚