不同体质的养生智慧



作者: 韩珊珊主编

出版社: 合肥: 安徽科学技术出版社

出版日期: 2011.01

总页数: 286

介绍:本书通过对人体九大体质全面地分析其形成原因,易引发疾病,让读者能够轻松地对号入座,弄清自己的身体状况。书中针对各种体质特征详细地讲解了其最适合的养生方法,包括刮痧、按摩、拔罐、针灸、四季养生等10个方面,让读者能够从各个方面学会如何准确调整身体,健康养生。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/12740237.html) 查找全本阅读方式

不同体质的养生智慧 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/12740237.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12740237.html

书名:不同体质的养生智慧