## 重在调理: 中医养生保健专家讲座



作者: 叶明编著

出版社:北京:中国国际广播出版社

出版日期: 2009.06

总页数: 208

介绍:本书以传统中医理论为指导,用通俗的语言,论述了中医养生的基本法则以及实施要点,内容包括精神养生、饮食养生、生活起居养生、运动养生、药物养生、医疗保健养生、四季养生。本书内容丰富,深入浅出,是人们祛病健身、健康长寿的必备参考书。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/12992225.html) 查找全本阅读方式

重在调理:中医养生保健专家讲座 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/1 2992225.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12992225.html

书名: 重在调理: 中医养生保健专家讲座