无病到天年 国医大师邓铁涛的百岁养生经



作者: 邓铁涛著; 邹旭, 吴焕林整理

出版社:北京:中国中医药出版社

出版日期: 2012.05

总页数: 250

介绍:中医泰斗邓铁涛教授,年近百岁仍然在为中医药学的发展耕耘不止。根据他临床试验的经验,由其弟子邹旭、吴焕林教授整理编写的《无病到天年》一书,介绍邓老的强身健体的养生法、防病治病的实用窍门、临床有效的中医小药方、并以自身体验告诉人们除过注意起居、饮食平衡、适量运动等养生法,还需养心养德,方可无病到天年。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/13023903.html) 查找全本阅读方式

无病到天年 国医大师邓铁涛的百岁养生经 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/13023903.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13023903.html

书名: 无病到天年 国医大师邓铁涛的百岁养生经