不上火的好生活



作者:矫浩然编著

出版社:天津:天津科学技术出版社

出版日期: 2014.09

总页数: 522

介绍:本书讲解了人体上火的各种症状,为大家提供了一些降火养生的方法,告诉人们如何调节情志活动和生活、饮食习惯,以保持生命之火保持旺而不过,使人体的阴阳平衡,以适应生、长、花、收、藏的规律,从而达到祛火、养生的目的。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/13659202.html) 查找全本阅读方式

不上火的好生活 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/13659202.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13659202.html

书名: 不上火的好生活