## 养生相宜与相克速查全书



作者: 张明海编著

出版社:天津:天津科学技术出版社

出版日期: 2013.02

总页数: 593

介绍:;为了帮助读者在不懂医理、不知药食性味的情况下,迅速查知养生的相宜相克知识,并将其巧妙运用到日常生活中,我们编撰了这本《养生相宜与相克速查全书》。本书共分为五篇,分别阐述了日常饮食的相宜相克知识,药品与食物的相宜相克关系,常见疾病的宜忌知识,特定人群饮食的相宜与相克,四季饮食的宜忌理论。不仅把药食的性味归经、营养及功用仔细讲述明白,还列举了它们与日常食物之间相宜的好处和相克的后果,方便读者迅速查找并据此合理调整饮食习惯。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/13787729.html) 查找全本阅读方式

养生相宜与相克速查全书 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/13787729.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13787729.html

书名: 养生相宜与相克速查全书