## 送给爸妈的健康书 更年期饮食中医调养法



作者:李开生主编;杨建峰总策划 出版社:南昌:江西科学技术出版社

出版日期: 2014.11

总页数: 256

介绍:本书分为五部分,第一部分主要介绍了什么是更年期、更年期的常见症状等;第二部分介绍能用饮食调养好的更年期症状;第三部分介绍需要用中医方法调养的更年期症状;第四部分主要介绍更年期的保健食材;第五部分介绍更年期的心理调适与运动调养法。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/13837014.html) 查找全本阅读方式

送给爸妈的健康书 更年期饮食中医调养法 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/13837014.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13837014.html

书名: 送给爸妈的健康书 更年期饮食中医调养法