

补气血养五脏老人健康一生



作者：牛林敬，董云霞编著

出版社：石家庄：河北科学技术出版社

出版日期：2015.09

总页数：273

介绍：补气血、养五脏，是老人健康的根本！本书以此为切入点，细致入微地为老年朋友量身打造健康之道，包括中医养生的方方面面，如饮食、经络、运动等保健知识。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/14155739.html>）查找全本阅读方式

补气血养五脏老人健康一生 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14155739.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14155739.html>

书名：补气血养五脏老人健康一生