

肾好命就长



作者：吴中朝编著

出版社：福州：福建科学技术出版社

出版日期：2016.09

总页数：270

介绍：本书以《黄帝内经》为理论依据，讲述如何在生活中养好肾。内容包括中医对肾的认识，肾与健康的关系，常见的伤肾生活习惯，以及如何通过日常饮食、运动、经络按摩等养护好肾。并针对不同人群、不同季节、不同疾病给出了相应的肾脏调养方案。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/14268651.html>）查找全本阅读方式

肾好命就长 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14268651.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14268651.html>

书名：肾好命就长