

<<九种体质养生大全>>

图书基本信息

书名：<<九种体质养生大全>>

13位ISBN编号：9787513213011

10位ISBN编号：7513213011

出版时间：2013-1

出版时间：王琦、等 中国中医药出版社 (2013-01出版)

作者：王琦

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<九种体质养生大全>>

内容概要

《九种体质养生大全(共5册)》是中国中医药出版社出版的书籍。

《九种体质养生大全(共5册)》：

《解密中国人的九种体质》：

众多关于身体的质疑，都将在这本书中找到答案。

《九种体质使用手册》：

围绕九种体质辨识与养生保健中常见问题的终极指南。

《九种体质养生美食》：

卤烧炒炖，蒸拌烩熘，任何体质都有适合终极的养生美食。

《九种体质养生膏方》：

109个养生膏方，一天三匙即可养生。

《九种体质经络养生与治疗》：

辨清体质，掌握穴位，打造专属于你的个性养生方案。

<<九种体质养生大全>>

书籍目录

《解密中国人的酒庄体质》走进九种体质九种体质分类与判定自测表第一章 阳虚体质西红柿拌牛肉
丁土豆丝炸虾浓香牛筋香葱炒羊肉芽菜炒海参巴戟天卤羊排凉拌驴肉牛鞭鸡肉汤青椒海参美极鲜牛肉
韭菜炒虾仁龙眼炒雪里红大蒜炒刀豆玫瑰花炒韭菜韭菜炒海参片胡桃牛肉丁松仁炒河虾砂仁爆猪肚腰
果爆鸡丁清炒南瓜丁香烧带鱼肉蔻烧驴肉白蔻烧羊肉草果烧大虾青笋烩虾仁火腿烩牛尾酱烧山药八角
烧肥肠芋儿烧土鸡龙眼烧猪脚白术烧大肠桃仁爆羊腰土豆烧羊肉韭菜炒里脊南瓜白菜汤狗肉豆蔻汤羊
肉生姜汤丁香牛肉汤龙眼鸡肉汤.....第二章 阴虚体质第三章 气虚体质第四章 痰湿体质第五章
湿热体质第六章 血瘀体质第七章 特禀体质第八章 气郁体质第九章 平和体质《九种体质使用手
册》《九种体质养生美食》《九种体质养生膏方》《九种体质经络养生与治疗》

<<九种体质养生大全>>

编辑推荐

生命神圣而神奇，人体构造之精密，生理运行之奥妙，远远超乎我们想象，然而，每个人身体的状况，又因先天禀赋，后天环境的影响而不同。

认识自己的体质，找到相应的养生保健方法，无疑是通向健康之门的必经之路，《九种体质使用手册》为您《解密中国人的九种体质》，《九种体质养生美食》《九种体质养生膏方》和《九种体质经络养生与治疗》给您奉上针对各种体质的膳食、膏方和经络保健方法。

想要如此全面的保健和养身，就来阅读中国中医药出版社出版的《九种体质养生大全(共5册)》吧！

<<九种体质养生大全>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>