

<<非药物经典疗法(5DVD)>>

图书基本信息

书名：<<非药物经典疗法(5DVD)>>

13位ISBN编号：9787880935523

10位ISBN编号：7880935525

出版时间：中国科学文化音像出版社

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>

<<非药物经典疗法(5DVD)>>

内容概要

国际养生经典与中国养生经典的完美结合，令人耳目一新，受益终生。

生机饮食疗法指生食有机、无毒食物，达到清理体内毒素、补充气血、全面调理身体机能的作用。

生机饮食疗法的目的，就是指导你学会把食物寒、热、温、凉、平的性能，以及甘、辛、酸、咸、苦的气味，与个人的体质和四季变化相匹配，通过不同的烹饪和调制搭配方法，从根本上改善体质，健康长寿。

营养免疫疗法指用营养维护健康，用营养治疗疾病。

营养均衡了，人的免疫功能就会强大，免疫力增强了，人就不会生病，就算生了病，也会更快的赶走疾病，得到康复。

因此，我们应该了解体内营养素的需求情况，并注意食用富含这些营养素的食物，或直接补充这些营养素。

<<非药物经典疗法(5DVD)>>

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>