

<<體質食養與健康人生>>

图书基本信息

书名：<<體質食養與健康人生>>

13位ISBN编号：9789620734144

10位ISBN编号：9620734149

出版时间：香港商务印书馆

作者：匡調元 著

页数：123

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>

<<體質食養與健康人生>>

內容概要

《體質食養與健康人生》將為讀者介紹一種嶄新的醫學保健方法：體質食養。作者通過三十多年的臨床觀察和實驗研究，將人類體質分成六種主要類型，其中只有正常質是健康的，其他五種均為病理型。而體質食養則是在正確認識自己體質類型的基礎上，結合季節、年齡等特殊的情況，來正確地選擇食物，將病理體質調理到正常質，實現養生、防病、延年的目的。本書為體質食療學系列叢書的第一冊，主要講述了體質食養的中醫學原理，體質六大類型的分類依據和判斷方法，以及體質食養與地域、季節、性別和年齡之間的關係。讓讀者對體質食養的整體狀況有一個基本的了解。

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>