

<<神奇的九型體質養生法>>

图书基本信息

书名：<<神奇的九型體質養生法>>

13位ISBN编号：9789866056345

10位ISBN编号：9866056341

出版时间：2012-2

出版时间：維他命文化出版社

作者：t^徒】吋^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>

<<神奇的九型體質養生法>>

內容概要

本書特色

詳細剖析9種不同體質的調養法則、精神調養、起居調養、運動調養、飲食調養、易得疾病、藥物保健、四季養生、推薦藥膳、經絡調養，讓人了解自己的「體質」，使用正確的方式進行調養。

<<神奇的九型體質養生法>>

作者簡介

國醫絕學健康館編委會專門編製中醫、食療、養生、飲食宜忌等系列的專業團隊，秉持著帶給讀者們最優質且實用的書籍內容，持續不斷推出優質圖書。

<<神奇的九型體質養生法>>

書籍目錄

序論：看看你是哪一種體質

Chapter 1 平和體質

Chapter 2 氣虛體質

Chapter 3 陽虛體質

Chapter 4 陰虛體質

Chapter 5 痰溼體質

Chapter 6 溼熱體質

Chapter 7 氣鬱體質

Chapter 8 血瘀體質

Chapter 9 過敏體質

附錄：體質與年齡、「三高」的關係

<<神奇的九型體質養生法>>

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>