第一图书网, tushu007.com

<<姜博士談健康養生>>

图书基本信息

书名：<<姜博士談健康養生>>

13位ISBN编号：9789866364464

10位ISBN编号：9866364461

出版时间：大智通文化行銷股份有限公司

作者：姜學偉 著

页数：184

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

第一图书网, tushu007.com

<<姜博士談健康養生>>

内容概要

預防勝於治療，健康就是財富，本書倡導健康正確的養生概念及疾病預防　　讓讀者從日常生活中就能做到基本的保健養生之道　　姜博士的不生病養生方法：　　*養生四寶——陽光、空氣、水質、土壤　　*排毒好處多　　*養生對症食療　　*常見疾病食療　　*奇妙的酵素　　健康養生是現代人最關注的議題，健康的身體、不老的容貌更是大家追求的目標，本書作者以其學醫多年的經驗，從排毒、食療到疾病的預防和診治，都有非常詳細的說明。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

姜學偉 ?學歷：師大、文大畢業、中國醫藥研究所進修、美普大醫學院碩士、廣州中醫藥大學博士 ?經歷：嘉南藥專及中華醫專教師、上海中醫師

<<姜博士談健康養生>>

书籍目录

自序第一章 生命無價，歌頌生命第二章 21世紀是生物養生學科技時代第三章 免疫抗體與壞自由基(員警與強盜)第四章 奇妙的酵素(營養素媒婆)第五章 排毒管道多(身體環保)第六章 生命的規律(經絡與時辰)第七章 養生原則(態度意念，心態毅力)第八章 不生病的養生方法探討第九章 養生四寶(陽光、空氣、水質、土壤)第十章 養生對症食療第十一章 痛風中西醫結合診與食療第十二章 健康指標(體檢數字會說話)第十三章 與癌博鬥第十四章 更年期綜合症診治第十五章 中醫針炙瘦身美容第十六章 新流感(H1N1)防治探討第十七章 禽流感防治探討第十八章 中西醫防治登革熱第十九章 認識傳染性乙型腦炎第二十章 塑化劑的省思第二十一章 其它常見病食療

第一图书网, tushu007.com

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