

<<不上火的生活>>

图书基本信息

书名：<<不上火的生活>>

13位ISBN编号：9789866379192

10位ISBN编号：9866379191

出版时间：原水文化

作者：佟彤 著

页数：336

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>

## <<不上火的生活>>

### 内容概要

‘想要身體維持正常的火力，擁有不上火的健康生活，首先必須抑制5大上火症狀 乾、紅、腫、熱、痛的病源。

本書傳授身心調理的10大祕法，讓你「精滿、氣滿、神足」，教你清熱、解毒、疏肝、清心紓壓、減糖去脂，讓你不吃藥，就能去心、肝、胃、肺火。

? \*30套中醫大師的祛病養生實行方案? \*50個最易操作的去火回氣食療藥膳? \*20個最有效的清五臟六腑火氣穴位? \*20個最健康的養顏瘦身不傳祕招不上火的重要觀念? \*人體無火，就沒了生機；人體上火，卻會消耗生機。

? \*沒火力的人容易得癌症；家中排行最

<<不上火的生活>>

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>