

<<十二經絡養生法>>

图书基本信息

书名：<<十二經絡養生法>>

13位ISBN编号：9789867237453

10位ISBN编号：9867237455

出版时间：二魚

作者：陳淑俊 著

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>

## <<十二經絡養生法>>

### 內容概要

看西醫、吃西藥、開刀手術皆無用？

你該來看看中國醫學的十二經絡！

一個讓西醫折服的中醫學理！

人體十二條經絡運載著掌握健康的血氣，經絡暢通，疾病便不滯留，經絡阻塞，疾病跟著纏身；十二經絡掌握心、肺、肝、腸、胃、脾、腎、膽諸多器官的運行，中醫學博士以豐富的專業告訴你：只要透過「吃」、「動」、「按」三招 吃對食物、做對運動、按對穴位，就能輕輕鬆鬆暢通你的經脈、找回你的健康！

本書請上海中醫藥大學博士陳淑俊醫師親自執筆，告訴讀者人體中的十二條經絡如何影響人體各個器官與循環，進而影響健康狀況，讓讀者在除了西醫的醫療概念之外，能透過中醫經絡理論的角度瞭解健康；人體每一部分的健康均與十二經絡息息相關，本書以簡單、易懂的解說方式配合精細清楚的圖解，內容包括經絡的循行路線、經絡異常時會出現的疾病與症狀、每一條經絡獨有的養生守則、調養經絡健康的天然食物與中藥材、健康藥膳；除此之外，更提供簡易的養生運動，讓讀者在飲食之外也可以透過溫和的運動達到經絡養生之效。

<<十二經絡養生法>>

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>