

《365天养生趣谈》

图书基本信息

书名：《365天养生趣谈》

13位ISBN编号：9787513224749

出版时间：2015-6

作者：毛德西

页数：409

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《365天养生趣谈》

内容概要

《365天养生趣谈》是一本内容全面、涉及知识广泛、通俗易懂、贴近生活的中医养生科普书籍。此书365天，1天1篇，内容包括饮食、药物、体质、经络、节气、心理、起居、房事、假日、运动、文化等方面的知识，其中不乏雅俗共赏的文人轶事、寓言与民间故事。全书以中医药养生知识为主，辅以适量的现代医学保健知识，以通俗的语言、实用的内容、会意的插图，增加了它的可读性和趣味性，对于中医药文化的普及具有积极意义。

《365天养生趣谈》

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：www.tushu000.com