

# 《四季养生与食疗》

## 图书基本信息

书名：《四季养生与食疗》

13位ISBN编号：9787800848247

10位ISBN编号：7800848248

出版时间：2006-2

出版社：第1版 (2006年2月1日)

作者：曾郁娟

页数：293

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](http://www.tushu000.com)

# 《四季养生与食疗》

## 内容概要

本书通过介绍四季二十四节气的气候特征及其对生命健康的影响，提出了顺应四季二十四节气保健养生的基本原理和方法。并深入分析四季二十四节气与人的饮食的关系，详细介绍了饮食养生的具体方案。本书力求通俗易懂，贴近生活，实用性强，是现代人科学养生与食疗的一个不可多得的锦囊。

# 《四季养生与食疗》

## 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](http://www.tushu000.com)