

# 《最好的医生是养生大全集》

## 图书基本信息

书名：《最好的医生是养生大全集》

13位ISBN编号：9787530875681

10位ISBN编号：753087568X

出版时间：2013-1

出版社：天津科学技术出版社

作者：姜青峰

页数：485

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)

# 《最好的医生是养生大全集》

## 内容概要

《最好的医生是养生大全集(超值白金版)》详尽介绍了中华传统的养生手段，全面指导现代人提升精气神，养护五脏，强健骨骼，祛火排毒，平衡阴阳，美容养颜，讲解通俗易懂，方法实用有效，是专属于中国人的养生治病真经。其中的经验和方法都是取自国医经典，但并不是对国医经典的简单阐释，而是教读者真正将这些经验和方法运用到日常生活中，真正走上不求医的健康之路。

# 《最好的医生是养生大全集》

## 精彩短评

1、虽然感觉像各种养生书各抄一些，但内容很全面，适合初学者看个大概。缺点是条理有点乱，痰湿之前讲了下，后半部分在淤毒里又讲了下。

# 《最好的医生是养生大全集》

## 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)