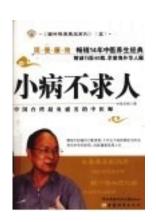
## 小病不求人



作者: 张步桃著

出版社:北京:中央广播电视大学出版社

出版日期: 2009.09

总页数: 229

介绍:本书作者为中国台湾最负盛名、被誉为"近代难得一见的神医"张步桃医师,张步桃医师结合家族三代家传经验以及四十余年精诚行医之所得,推出了《小病不求人》这一中医养生经典之作。本书既有高屋建瓴的宏观论述,更多的则是具体病症的解说剖析,还汲取《黄帝内经》、《伤寒论》、《金匮要略》等千年古籍精华,为读者提供了6大健康养生观、14个常见病防治方剂、15种疾病早期征兆详解以及数十个日常食疗保健小秘方。让您轻松掌握千年古方的自我辨证与防治,做回自己的快活健康守护大师。 张步桃蔬果养生保健食疗歌诀 生梨润肺化痰好,苹果止泻营养高。 黄瓜减肥有成效,抑制癌症弥猴桃。 番茄补血助容颜,莲藕化淤解酒妙。 紫茄祛风通大便,韭菜补肾暖膝腰。 萝卜化痰消胀气,芹菜能治血压高。 苋菜平衡酸碱值,补血又使痛风消。 冬瓜消肿又利尿,黑豆绿豆解毒好。 ……

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/12350852.html) 查找全本阅读方式

小病不求人 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/12350852.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12350852.html

书名: 小病不求人