

不同体质的养生智慧



作者：韩珊珊主编

出版社：合肥：安徽科学技术出版社

出版日期：2011.01

总页数：286

介绍：本书通过对人体九大体质全面地分析其形成原因，易引发疾病，让读者能够轻松地对症下药，弄清自己的身体状况。书中针对各种体质特征详细地讲解了其最适合的养生方法，包括刮痧、按摩、拔罐、针灸、四季养生等10个方面，让读者能够从各个方面学会如何准确调整身体，健康养生。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12740237.html>）查找全本阅读方式

不同体质的养生智慧 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12740237.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12740237.html>

书名：不同体质的养生智慧