

汗牛养生馆 第9季 活用中药保健康 补中益气篇



作者：禾楠编著

出版社：广州：广东人民出版社

出版日期：2010.11

总页数：119

介绍：气是人生的生长发育、脏腑运转、体内物质运输和排泄的基本推动能源，补中益气能提高身体免疫力。《活用保健康补中益气篇》向读者介绍31种补中益气的常用，62款药膳食方，还有12篇养生文章，让你在享受美味膳食的同时，强身壮体。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12996975.html>）查找全本阅读方式

汗牛养生馆 第9季 活用中药保健康 补中益气篇 评论地址：

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12996975.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12996975.html>

书名：汗牛养生馆 第9季 活用中药保健康 补中益气篇