

<<食用主义丛书>>

图书基本信息

书名：<<食用主义丛书>>

13位ISBN编号：9787200097610

10位ISBN编号：7200097616

出版时间：2013-6

出版时间：北京出版社,北京出版集团

作者：刘玉庆

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：<http://www.tushu007.com>

作者简介

医学博士，北京中医药大学第三附属医院呼吸科主任医师。

从事中西医结合临床、教学及科研工作10余年。

主持及参加科研课题8项，获省市级科研成果3项，获省市级科技进步奖2项。

在多年的临床工作中积累了丰富的经验，对呼吸系统、心脑血管等多种疾病有自己独到的见解，取得了很好的治疗效果。

书籍目录

第1章 护肤养颜 明目乌发第2章 养血调经 改善内分泌第3章 护心安神 解郁除烦第4章 排毒减脂 保健强身

编辑推荐

《食用主义》系列丛书之《粥养女人》（作者：刘玉庆），粥膳，是最简单的日常饮食，如今却成为养生达人们最注重的日常养生方式，本书精选了具有护肤养颜、养血调经、护心安神、排毒减肥等不同功效的89道传统经典养生粥膳的做法，为女性提供了健康科学的养生粥膳食谱，在本书中，根据自身状况，总能找到一款适合自己喝的粥。内容实用，简单易学，搭配营养科学。

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:<http://www.tushu007.com>