

<<成熟女性保养食谱>>

图书基本信息

书名：<<成熟女性保养食谱>>

13位ISBN编号：9787534120473

10位ISBN编号：7534120470

出版时间：2003-1

出版时间：浙江科技出版社

作者：陈玫妃

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>

## <<成熟女性保养食谱>>

### 内容概要

撰写成这本《成熟女性保养食谱》，按更年期妇女体质和常见症状分类，以药膳保健养生，使读者朋友能了解自己的身体状况，进而提升自己的生活质量，让自己活得更年轻、亮丽。

本书主要介绍了药材大荟萃、体质篇、体质诊疗室、桑杞养肾糯米粥、山药黄精滋肾鸡、双豆排骨汤、二仙羊肉汤、养生补肾粽、干姜羊肉补阳汤、猪心枣仁养心汤、青春永驻篇、脸部诊疗室、保养方法、洋参除皱汤、百合玉竹、养颜鸡汤、仙人粥、扶桑至宝粥、补气润肤粥、神仙养颜粥、双仁奶、养颜除皱汤、症状与疾病篇、心血管篇等内容。

<<成熟女性保养食谱>>

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>