

<<自愈力2>>

图书基本信息

书名：<<自愈力2>>

13位ISBN编号：9787801863225

10位ISBN编号：7801863224

出版时间：2005-5

出版时间：东方出版中心

作者：吴珮琪

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>

## <<自愈力2>>

### 内容概要

本书系台湾引进版，近年来台湾地区医疗保健类畅销好书，与作者的《自愈力——永保健康的金钥匙》为姐妹篇。

作者留学美国研习西方医学，后又专攻中医学，长期从事医疗实践，深知现代人对西方医学之迷带来的弊端——人们与生俱来的自愈力日渐衰微。

在本书中，作者以自愈力理论为基础，分成自愈养生、美容调理、防癌抗癌、现代文明病、生活保健、中医理论等各大单元，针对一般人对健康常所抱有的迷思与疑惑，如“泻肚子可以排宿便吗”、“止痛药是止痛法宝吗”、“常补充高蛋白质真的有益无害吗”等，提供正确详尽的解析，并提供各种舒缓症状或日常保健的DIY方法，让读者不仅能得到正确的观念，更能实际应用简单有效的DIY健康法，发挥自愈力的最大力量，让身心灵永保健康。

## <<自愈力2>>

### 书籍目录

引言 启动你的自愈系统  
一 与美丽的重新邂逅  
二 与肿瘤的再次交锋  
三 与文明病的神奇格斗  
四 与健康喜悦重逢  
五 中国人的智与稚  
附录 自愈的见证  
自我健康评量表  
读者咨询园地

<<自愈力2>>

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>