

《楊力抗衰老36計》

图书基本信息

书名：《楊力抗衰老36計》

13位ISBN编号：9789866535024

10位ISBN编号：9866535029

出版时间：2008

出版社：馥林文化

作者：楊力

页数：264

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《楊力抗衰老36計》

內容概要

這是知名大陸中醫楊力教授養生三部曲的完結篇。書中將會為你揭示：十大健腦習慣，十大養肝祕方，以及養腎十則；教你如何看自己的臉色，來了解身體健康狀況；最重要的，還提示了抗老食品，抗老中藥，以及抗老十大名方。

雖然衰老這個複雜、綜合的過程，至今尚無單一有效的萬靈丹。但是，只要身體力行書中的三十六計，兼顧藏瀉、平衡身心，就可以延緩和阻斷病理性衰老，常保內外年輕不再是夢想。

《楊力抗衰老36計》

作者簡介

楊力
中國首席中醫、中國中醫科學院教授、北京《周易》研究會會長。楊力教授學識淵博，精通文史哲、醫學和養生文化，近年來全身心投入中醫養生文化的傳播，不遺餘力地再大陸各地開辦公益巡迴講座。她在中央電視台《百家講壇》、《大話養生》、北京電視台《醫林奇觀》、《晚晴》等媒體機構舉辦的演講更是深受觀眾喜愛。

已出版的著作有：《周易與中醫學》、《中醫運氣學》、《中醫預測學》、《中華五千年文化經典》、《中華五千年科學經典》、《中華五千年文學經典》，還有長篇歷史小說「千古系列」（其中《千古傳奇》、《千古絕戀》、《千古英雄》、《千古孔子》、《千古一帝》、《千古漢武》、《千古智聖》七本的繁體中文版皆由馥林文化推出）。

《楊力抗衰老36計》

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:www.tushu111.com