

<<神奇的葱姜健康法>>

图书基本信息

书名：<<神奇的葱姜健康法>>

13位ISBN编号：9787506278348

10位ISBN编号：7506278340

出版时间：2006-1

出版时间：世界图书出版西安公司

作者：陈尧菊

页数：169

字数：130000

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>

<<神奇的葱姜健康法>>

内容概要

葱姜不仅仅是调味而已，在我们的日常生活中其实是个宝！

它们的神奇妙用就等着你来寻找。

如果葱姜在你眼里，仅仅是个调味品而已，那可就委屈了这天生的佳菜良药了。

葱姜在防病治病、美容养生及日常生活中的妙用，会让你在看过此书后惊叹：小小葱姜竟是个宝。

为了让你对葱、姜有更深入的认识，我们编写此书。

本书荟萃了葱、姜的多种妙用，内容包括葱、姜在防病治病中的运用，葱、姜与美容养生以及日常生活中葱、姜的妙用等。

<<神奇的葱姜健康法>>

作者简介

陈尧菊，毕业于华西医科大学，现从事妇幼保健的工作，拥有丰富的保健知识和经验。

<<神奇的葱姜健康法>>

书籍目录

第一章 健康生活的调味品 第一节 佳肴良药话葱姜 第二节 葱姜的家族史 第三节 探究葱姜的秘方 第四节 葱姜的基本使用法第二章 葱姜妙吃妙喝 第一节 轻轻松松呼吸畅 第二节 降低血脂精神爽 第三节 保护肠胃吃饭香 第四节 调节血糖保口福 第五节 清除垃圾保健康 第六节 防治贫血益处多 第七节 与快乐女人有约 第八节 小天使的好朋友第三章 巧妙外用解君愁 第一节 防治外伤有妙招 第二节 还你肌肤健康美 第三节 舒解疼痛的“高手” 第四节 明目、聪耳、通鼻 第五节 简易舒活筋骨法第四章 调出绚丽人生 第一节 天然的“护发师” 第二节 让你芳香怡人 第三节 妙解中毒、晕车、醉酒 第四节 咽喉养护琐谈 第五节 留住青春神韵附录——人体穴位分布示意图

<<神奇的葱姜健康法>>

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>