<<人体亚健康与调适>>

图书基本信息

书名:<<人体亚健康与调适>>

13位ISBN编号: 9787117092593

10位ISBN编号:7117092599

出版时间:2007-10

出版时间:张秀花、栗滢波、 鲍作臣 人民卫生出版社 (2007-10出版)

作者:张秀花,等编

页数:223

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

<<人体亚健康与调适>>

内容概要

《人体亚健康与调适》汲取了众多专家的经验论述,科学系统地向您介绍了有关亚健康的常识、 亚健康的饮食调适、运动对亚健康的作用、心理亚健康对人体的危害、滥用药物对人体健康的影响等 方面的知识。

《人体亚健康与调适》作为康复专业的必修课教材,介绍了康复医学中最基本的理论,着重阐述了生活中易被忽视而对人体健康又非常重要的问题,同时也可作为其他专业的辅修课程,使更多的学生了解亚健康及其所带来的危害,从而引起读者对亚健康的足够重视,并通过科学的方法调治亚健康,使疾病消失在萌芽之中,从而达到呵护健康、延年益寿的作用。

<<人体亚健康与<u>调适>></u>

书籍目录

<<人体亚健康与调适>>

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