第一图书网, tushu007.com

<<一生远离疾病>>

图书基本信息

书名：<<一生远离疾病>>

13位ISBN编号：9787506289771

10位ISBN编号：7506289776

出版时间：2010-7

出版时间：世界图书出版公司

作者：林海峰

页数：166

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

内容概要

《握紧健康金钥匙：一生远离疾病》主要内容包括：疾病发动的扳机、疾病的发展路线、改变疾病的方向、对待慢性疾病不要害怕和着急、慢性疾病需要健康管理等。

作者简介

林海峰，阳光森林国际健康机构董事长，中国营养健康网董事长，现任中国老年学学会健身与长寿委员会专业委员。
曾出版《整体自然疗法全程讲座》、《一生年轻20岁》、《林海峰营养配方手册》、《断食排毒养生法》、《健康一生》、《远离疾病》。
先后在湖南电视台、广东卫视、山东卫视、北京电视台、安徽电视台、青岛电视台做健康专题讲座，广受大众欢迎。

书籍目录

第1章　疾病发动的扳机一、构成疾病的重要因素一、小心你所维护观念三、疾病发生的临界点四、谨防“培养”自己成为病人第2章　疾病的发展路线一、呕吐、拉肚子二、感冒、发烧三、支气管、胃肠疾病四、肺炎、阑尾炎五、过敏六、肝脏、肾脏、子宫、卵巢、膀胱疾病七、内分泌疾病八、生命的终点第3章　改变疾病的方向一、感冒、发烧、拉肚子是一些疾病的开始二、改变疾病的发展方向三、切断制造疾病的供应链四、林海峰五大疾病管理原则第4章　对待慢性疾病不要害怕和着急一、疾病不等于急病二、避免强行干预三、慢性疾病大都能够康复第5章　慢性疾病需要健康管理一、健康管理的真正意图二、慢性疾病康复需求三、积极参与管理计划四、握紧健康的三把钥匙第6章　关注恢复健康一、慢性疾病需要健康支持计划二、为康复创造条件三、康复是一个旅程四、正确理解身体的语言第7章　恢复健康与恢复条件一、生命的关键……第8章　阳光森林八种武器第9章　整体自然疗法，医学的未来第10章　运用整体自然疗法战胜疾病第11章　正确认识和运用人体必需的七大营养素第12章　定期断食排毒第13章　疾病的整体治疗思想第14章　让患者成为自己的医生后记　一生远离疾病

编辑推荐

擅长运用生活方式，训练及营养计划来帮助人们战胜各种慢性疾病。
健康不需要苦修而得来，健康是一种溶于生活的自然行为，是一种顺便的生活方式。

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