第一图书网, tushu007.com

<<提高免疫力的77种方法>>

图书基本信息

书名：<<提高免疫力的77种方法>>

13位ISBN编号：9787508031132

10位ISBN编号：750803113X

出版时间：2003-07

出版时间：华夏出版社

作者：胡睿

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

教你简单易懂的观念，让你成为精通健康知识的专家这是一本以“我的母亲是否能看懂”为基准的书：
坊间的医学书籍虽然都强调“浅显易，但是其所谓的浅显易懂，中是对医生浅显易懂而已，对一般人仍是艰涩难懂的。
本书作者以让自己的母亲能否看懂为基准写出这本易懂、易读、易行的书。

你应该成为一个精通健康知识的人，而不是一个精通疾病知识的人：
疾病的知识交给医生就好了，您只要精通健康知识，也就是提升您的

第一图书网, tushu007.com

<<提高免疫力的77种方法>>

书籍目录

前言
第一章 免疫力——健康新概念
第二章 感冒与免疫力
第三章 毒素、细菌、病毒与免疫力
第四章 压力与免疫力
第五章 使用药物
第六章 睡眠的作用
第七章 提高免疫力的小技巧
第八章 免疫力指数
第九章 去医院的技巧
第十章 心理暗示
第十一章 疾病与健康

第一图书网, tushu007.com

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