

<<人生保健（上下册）>>

图书基本信息

书名：<<人生保健（上下册）>>

13位ISBN编号：9787515201481

10位ISBN编号：7515201487

出版时间：2012-2

出版时间：中医古籍出版社

作者：郭松涛 编

页数：全两册

字数：2206000

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>

<<人生保健（上下册）>>

内容概要

《人生保健(上下)(精)》的编写,历时19年,参阅各类文献300多种,编者依据自己的学习和实践,力图将基础性、知识性、科普性、实用性融为一体,增强可读性。

编写本书的目的,是想让每一位读者都能在本书中查找到自己想要的保健答案,让每一位读者都能健康长寿。

希望人们树立健康新观念,健康地吃,健康地穿,健康地工作,健康地玩,健康地睡,建立科学健康的生活方式,健康生活每一天,尽情享受美好生命。

<<人生保健（上下册）>>

书籍目录

上册

第一卷 保健常识

第二卷 保健歌言

第三卷 食疗保健

第四卷 药疗保健

第五卷 体疗保健

第六卷 心疗保健

下册

第七卷 四季保健

第八卷 妇女保健

第九卷 婴幼儿保健

第十卷 老年保健

参考文献

后记

<<人生保健（上下册）>>

章节摘录

<<人生保健（上下册）>>

编辑推荐

《人生保健(套装上下册)》由中医古籍出版社出版。

<<人生保健（上下册）>>

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>