第一图书网, tushu007.com

<<不可不知的2000个健康常识>>

图书基本信息

书名：<<不可不知的2000个健康常识>>

13位ISBN编号：9787802116191

10位ISBN编号：7802116198

出版时间：2008-6

出版时间：中央编译出版社

作者：檀明山

页数：286

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

世界卫生组织指出，一个人的健康，父母遗传占15%，社会与自然环境占17%，医疗条件占8%，个人的生活方式占60%。
在后天的各种影响健康的因素中，良好的生活方式无疑是最重要的条件。
　据有关调查显示，我国国民健康知识的公众知晓率较低。
有专家认为，许多患者并非死于疾病，而是死于无知。
因此，普及和推广正常的健康知识不仅成为国民维护和提高自身健康问题，而且是关乎我国的综合国力和世界竞争力的当务之急。
　《不可不知的2000个健康常识》一书是为了让读者更加全面系统和科学地掌握健康知识，走出日常生活中的健康误区从而提高自身的健康水平和生活质量。

书籍目录

一、日常保健篇二、卫生保健篇三、用药保健篇四、饮食保健篇五、孕产妇保健篇六、儿童保健篇七、美容保健篇八、运动保健篇九、女性保健篇十、男性保健篇十一、老年人保健篇十二、夫妻保健篇十三、生活保健篇

编辑推荐

生活保健、饮食保健、美容保健、夫妻保健等。
《不可不知的2000个健康常识》一书在手，健康人生。
相信每一位读者都能够从中汲取健康养料，成为自己的健康良师益友，健康生活每一天，益寿延年一辈子。

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