

<<中老年人保健1000问>>

图书基本信息

书名：<<中老年人保健1000问>>

13位ISBN编号：9787806512470

10位ISBN编号：7806512470

出版时间：2003-6-1

出版时间：羊城晚报出版社

作者：李鹃,黄益

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>

## <<中老年人保健1000问>>

### 内容概要

《中老年人保健1000问》内容丰富，全方面地介绍了中老年人保健的相关科学知识，从生理特点，到饮食、运动、疾病预防诊疗……。

我们把对中老年人健康长寿的心愿汇集在此书当中，希望给众多的中老年朋友提供有效的帮助。

## <<中老年人保健1000问>>

### 书籍目录

#### 第一章 中老年人身心特点

- 1 如何划分年龄
- 2 人为什么会衰老
- 3 老年人健康的特征有哪些
- 4 老年人与青壮年相比有哪些特点
- 5 衰老有哪些表现
- 6 什么是预期寿命与健康寿命
- 7 我国老年医学会提出的健康老人标准是什么
- 8 日本学者提出的健康老人标准是什么
- 9 世界卫生组织提出的健康老人标准是什么
- 10 全球老年保健的目标是什么

.....

#### 第二章 饮食保健

#### 第三章 生活保健

#### 第四章 运动健身

#### 第五章 婚姻与性生活保健

#### 第六章 更年期保健

#### 第七章 疾病防治

<<中老年人保健1000问>>

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>