

<<三分鐘健康檢查>>

图书基本信息

书名：<<三分鐘健康檢查>>

13位ISBN编号：9789861676463

10位ISBN编号：9861676465

出版时间：2010-1-20

出版时间：雅典娜書坊

作者：松原英多

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>

## <<三分鐘健康檢查>>

### 內容概要

飲食方式、睡眠、習慣、姿勢 這些眾人所忽略的事情，在醫生的眼裡，都是重要的資訊 經由閱讀本書，各位就可以自己檢查這些訊息。

隨便擺一個姿勢，或是利用簡單的檢查，就可以知道自己的健康程度，對此，各位或許難以置信！

然而，這些全都有醫學的根據。

現在將為各位介紹如何檢查自己身體處於何種狀態的基本方法。

這些有趣的檢查，一定會讓你躍躍欲試。

當然，對於心臟、胃、肝臟、腦、血管等重大的身體各部位，也可以進行總檢查。

你所擔心的內臟，亦可依病名來進行檢查（見本書（症狀索引）欄）。

感覺身體有異常時，立即前往醫院 對於忙碌的各位而言，也許做不到，而且一想到要在候診室苦等，更懶得求醫。

但是，這個「感覺身體有異常」卻是非常重要的訊號。

現在，最重要的是要知道身體異常的理由，以及儘早實行維持健康的最佳方法。

利用本書來進行安全檢查，也要對自己的身體有信心。

<<三分鐘健康檢查>>

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>