

<<老年人保健十法>>

图书基本信息

书名：<<老年人保健十法>>

13位ISBN编号：9787218035314

10位ISBN编号：7218035310

出版时间：2001-3-1

出版时间：广东人民出版社

作者：余辉瑾编著

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>

<<老年人保健十法>>

内容概要

本书包括：调摄精神、顺应环境、讲究起居、调配饮食、坚持锻炼、注意卫生、注重预防等十章内容。

<<老年人保健十法>>

书籍目录

前言

第一章 调摄精神

第二章 顺应环境

第三章 讲究起居

第四章 调配饮食

第五章 坚持锻炼

第六章 注意卫生

第七章 注重预防

第八章 适当娱乐

第九章 重视穿着

第十章 慎重服药

<<老年人保健十法>>

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>