

<<百姓治百病>>

图书基本信息

书名：<<百姓治百病>>

13位ISBN编号：9787806618189

10位ISBN编号：780661818X

出版时间：2003-7

出版时间：上海远东出版社

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>

## <<百姓治百病>>

### 内容概要

这是一本以传播自我保健方法为主要内容的科普实用作品选。出版这样一种有特色的书，对广大百姓防病治病、掌握健康的“金钥匙”提供了很好的参考教材。对耕耘在卫生科普报刊园地里的广大新闻工作者、科普工作者，选好科普实用作品的题目，编写好科普文章，也是一本有益的读物。

<<百姓治百病>>

书籍目录

一 健康序篇

1 健康十大标准

2 健康自我监测标准

3 中年健康十大标准

4 健康性格的十种表现

5 亚健康状态自测

.....

二 食疗防病治病篇

.....

三 外用法治病防病篇

.....

四 按摩推拿治病防病篇

.....

五 运动防病治病篇

.....

六 减肥防病篇

.....

七 修身养性康复篇

.....

八 健身须知

.....

附录

后记

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>