

<<你可能不知道的健康常识>>

图书基本信息

书名：<<你可能不知道的健康常识>>

13位ISBN编号：9787806999547

10位ISBN编号：780699954X

出版时间：2007-3

出版时间：哈尔滨

作者：罗洛

页数：368

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>

<<你可能不知道的健康常识>>

内容概要

《你可能不知道的健康常识》对人们最关心同时又最容易忽视的健康常识，分门别类地作了详尽、科学、完备的解答。

千万不要小看这些小常识，它是人们生活中的经验和延伸，它可以让你一不用花钱买药、二不占用工作时间、三不用忍受痛苦，仅靠自己的努力就能治好或调理好身体的某些不适，让你轻松地愉快地学习和工作。

当家人或朋友身体不适时，把从《你可能不知道的健康常识》上学来的知识告诉他们，解除他们的烦恼，既增进了亲情和友谊，你也会因此而感到高兴，何乐而不为呢？

<<你可能不知道的健康常识>>

书籍目录

第一篇 健康来自细节第一节 健康细节之男女老少第二节 健康细节之春夏秋冬第三节 运动保健康第四节 日常生活中的健康细节第二篇 饮食有宜忌第一节 适宜吃的食物第二节 不宜吃的食物第三节 食物的最佳搭配第四节 食物相克与禁忌第五节 四季饮食宜忌第六节 常见病饮食宜忌第三篇 家庭用药储药第一节 用药常识第二节 购药储药有学问第三节 用药宜忌常识第四节 正确用药的常识第四篇 药补不如食补第一节 慢性病食疗第二节 流行性疾病第五篇 民间偏方验方第一节 内科偏方第二节 外科偏方第三节 妇科偏方第四节 男科偏方第五节 儿科偏方第六节 五官科偏方第七节 皮肤科偏方第六篇 疾病的家庭护理第七篇 家庭意外的急救常识

<<你可能不知道的健康常识>>

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>