

<<抓住健康靠自己>>

图书基本信息

书名：<<抓住健康靠自己>>

13位ISBN编号：9787530443057

10位ISBN编号：7530443054

出版时间：2010-1

出版时间：北京科学技术出版社

作者：张仁秀

页数：239

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>

## <<抓住健康靠自己>>

### 内容概要

身体保健先要从认识身体开始，了解它们是如何工作，互相之间如何协调，我们该如何爱护它们，哪些情况告诉我们身体出了问题等等，这一定是读者很想知道的。

《抓住健康靠自己》以图文并茂的形式，教您认识人体，了解您的身体在如何为您辛勤地工作；以简单易行的方法，教您保健知识，珍爱您的身体；以浅显易懂的语言，教您常见疾病的知识，防范疾病于未然。

希望通过《抓住健康靠自己》能增进大家对自己身体的认识，掌握保健常识，对常见疾病及医院检查报告有所了解，让更多的人能依靠自己走好创造健康人生之路。

<<抓住健康靠自己>>

书籍目录

第一篇 认识人体五官口腔眼睛耳呼吸系统呼吸道鼻咽喉气管肺循环系统心脏血管血液淋巴系统淋巴管道淋巴器官消化系统食管胃小肠大肠肝胆胰腺泌尿系统肾脏输尿管膀胱尿道生殖系统男性生殖系统女性生殖系统乳房神经系统脑脊髓运动系统骨关节其他皮肤毛发指甲第二篇 保健常识第三篇 定期健康检查第四篇 常见疾病的相关知识

<<抓住健康靠自己>>

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>