

<<中老年自我保健>>

图书基本信息

书名：<<中老年自我保健>>

13位ISBN编号：9787532370139

10位ISBN编号：7532370135

出版时间：2003-10

出版时间：上海科学技术出版社

作者：王洪复 编

页数：314

字数：271000

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>

## <<中老年自我保健>>

### 内容概要

本书由复旦大学上海医学院(原上海医科大学)一批著名专家、教授撰写。

他们在长期的医疗、卫生、教学和科研工作中，积累了丰富的疾病防治和自我保健的经验，这是他们几十年经验的积累和智慧结晶。

本书系统地阐述了环境、营养、心理行为和生活方式对中老年人健康的影响，尤其重点介绍了中老年人常见病、慢性病的早期发现、诊断和防治技术，以及合理用药、自我护理等方面的知识。

本书文字通俗，内容新颖，实用性强，是指导中老年人迈向健康长寿的佳作。

## <<中老年自我保健>>

### 书籍目录

追求健康的长寿环境离健康并不遥远生活方式与健康同行平衡膳食 重在平衡中老年心理卫生与精神疾患  
呼吸系统疾病常见消化系统疾病高脂血症原发性高血压脑血管病冠心病糖尿病骨骼系统疾病骨质疏松  
妇科疾病前列腺增生症白内障与青光眼老年性耳聋口腔保健常见皮肤病的防治与保健常见恶性肿瘤  
警惕性病的侵害老年人用药讲究多健康检查与健康咨询癌症的康复老年人护理跋

## <<中老年自我保健>>

### 媒体关注与评论

书评集37位专家毕生经验之倾情奉献；用26个话题确保中老年身心俱健！

在历史的长河里，人的一生似乎是短暂的。

不过，春去秋来几十年，每个人都不免要遭遇到生老病残、养儿育女、防病治病之类的问题。

要想妥当解决这些问题，就必须“居者有其屋”——健康屋。

我们策划的这套“健康屋系列丛书”，将用不同的开本来匹分不同的专题，为你挡住疾病之风雨，带来健康之安宁。

她会成为你享受幸福生活的安乐窝，也是你成就辉煌事业的避风港。

<<中老年自我保健>>

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>