

<<爱尚健康生活>>

图书基本信息

书名：<<爱尚健康生活>>

13位ISBN编号：9787548403258

10位ISBN编号：7548403259

出版时间：2010-12

出版时间：哈尔滨出版社

作者：孟羽贤 编

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>

## 内容概要

《爱尚健康生活：常见病自治红宝书》将常见病的症状及解决方法作了全面的介绍，并讲解了如何通过经络按摩、健身动作、饮食调理等简单易学的方式来解决常见病痛，让你从此有病不求人。  
《爱尚健康生活：常见病自治红宝书》是您选择的一位挚友，为您解决生活中遇到的健康问题。

## 作者简介

孟羽贤，内科专家，主任医师。  
现就职于三精女子专科医院，毕业于哈尔滨医科大学医疗系，从事临床内科工作近四十年，有着丰富的临床经验，擅长呼吸道、消化道、心脑血管、糖尿病等内科常见病及泌尿内科常见病疑难病症的诊断及治疗。

书籍目录

第一章 解密身体语言——读懂我们的身体密码第二章 了解身体结构——身体系统的调节功能第三章 健康量身定做——找准自己的保健方式第四章 求医不如求己——强身健体的日常运动第五章 常见病症防治——你是自己最好的医生第六章 药补不如食补——食物是我们最好的药

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>