

<<怎样才能健康长寿>>

图书基本信息

书名：<<怎样才能健康长寿>>

13位ISBN编号：9787780079433

10位ISBN编号：7780079430

出版时间：1998-4-1

出版时间：中国人口出版社

作者：日本东京都老人综合研究所

译者：马建新

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>

## <<怎样才能健康长寿>>

### 内容概要

在这卷中，将向您展示东京都老人研究所和医疗中心多年来在这方面的调查结果。

从精神和身体两个方面来对长寿做一番考察。

从身体特征和精神特征两个方面对长寿者做一个科学的正确解释，给中老年人们提供了重要的参考资料。

## <<怎样才能健康长寿>>

### 书籍目录

前言

第一章 从百岁老人研究中获得启示

本章概述

1. 百岁老人中的佼佼者
2. 百岁老人调查
3. 百岁老人的特征
4. 小结

第二章 百岁老人的健康与生活

本章概述

1. 百岁老人调查
2. 百岁老人的健康与生活

第三章 百岁老人的心境

本章概述

1. 业已来临的长寿社会
2. 性格特征与长寿的关系
3. 东京百岁老人的性格特征
4. 百岁老人在日常生活中的自我心理适应

第四章 百岁老人内脏器官的极限

本章概述

1. 内脏器官的老化
2. 肺的老化
3. 肾脏的老化
4. 肝脏的老化
5. 心脏的老化
6. 大脑的老化
7. 百岁老人的病理解剖结果

问题解答

<<怎样才能健康长寿>>

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>