

<<家庭生活百科全书>>

图书基本信息

书名：<<家庭生活百科全书>>

13位ISBN编号：9787801212511

10位ISBN编号：7801212517

出版时间：2000-9

出版时间：军事医学科学出版社

作者：沙勤

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>

<<家庭生活百科全书>>

内容概要

医食同源，药食同根，如何在日常生活中维护身体健康，如何在日常生活举手投足间强身健体呢?本书以通俗易懂的语言，深入浅出地介绍了保健养生的技巧，把饮食、运动、中医等结合起来介绍保健养生之道，是居家必备的参考书。

书籍目录

一、家庭医疗常识

气味可辨病

味觉诊病法

察颜观色知其病

望痰液辨疾病

.....

二、常见病防治

怎样预防维生素A缺乏症

怎样预防维生素D缺乏症

谨防疾病在睡眠中发生

怎样预防传染病的发生

谨防“疑病症”

.....

三、养生保健

养生保健大观

情绪与健康

姿势与健康

习惯与健康

睡眠与健康

.....

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>