第一图书网, tushu007.com

<<抗衰老学>>

图书基本信息

书名:<<抗衰老学>>

13位ISBN编号:9787801218520

10位ISBN编号:7801218523

出版时间:2006-10

出版时间:军事医学科学出版社

作者:刘奇

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

第一图书网, tushu007.com

<<抗衰老学>>

内容概要

本书以延缓与逆转衰老为核心,坚持抗衰、养生、实用原则。

全面总结了衰老的原因——免疫、神经内分泌功能、松果体衰退,自由基、遗传、突变等因素导致人 体生命功能的衰退;详细介绍了适合不同人群需要的规范科学的抗衰老方法,包括建设美好心境,保 持营养平衡,适度锻炼提高体质,改善生存环境,限制热量摄人,正确服用维生素、微量元素、性激 素、生长激素和中药等;系统介绍了老年人常见各系统疾病的临床治疗及自我预防保健等;充分阐述 了当代国内外文献所记载或正在研究的衰老和抗衰老的理论、动态和研究思路。 本书内容全面、新颖、实用,具有很强的可读性。

第一图书网, tushu007.com

<<抗衰老学>>

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