

<<养生健康保健>>

图书基本信息

书名：<<养生健康保健>>

13位ISBN编号：9787807433330

10位ISBN编号：7807433337

出版时间：2009-1

出版时间：宁波出版社

作者：王明如

页数：365

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>

<<养生健康保健>>

内容概要

健康是人生第一财富，是事业和幸福的保证。

有了健康的体魄，就有未来，失去健康，就失去一切。

世界卫生组织（WHO）指出：“每个人的健康和寿命60%取决于自己，15%取决于遗传因素，17%取决于社会自然因素，8%取决于医疗保健。

”可见人类的健康长寿主要取决于自己。

为了您和您家人的健康长寿，根据宁波市保健委员会办公室的要求，按照“无病早防”、“见微知著”、“有病早治”、“已病防变”、“病后防复”的原则，收集了相关报刊上近十几年来公开发表的关于养生、健康、保健等方面的有关知识，特编纂了《养生·健康·保健》一书，希望对大家有所帮助。

<<养生健康保健>>

书籍目录

第一章 健康关注第二章 健康讲座第三章 健康忠告第四章 科学养生第五章 老年保健第六章 女性保健第七章 幼儿少年等保健第八章 心理保健第九章 性与健康第十章 饮食与健康第十一章 运动与健康

<<养生健康保健>>

编辑推荐

《养生健康保健》由宁波出版社出版。

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>