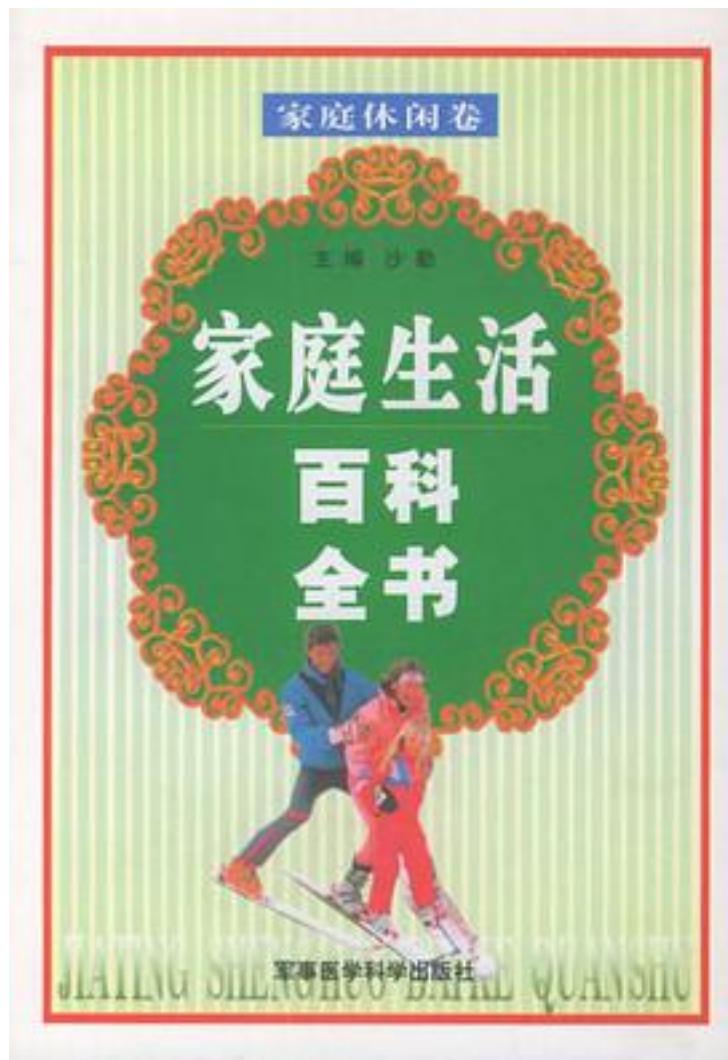


家庭生活百科全书



[家庭生活百科全书_下载链接1](#)

著者:沙勤

出版者:军事医学科学出版社

出版时间:2000-9

装帧:

isbn:9787801212511

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。

作者介绍：

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

.....

· · · · · (收起)

[家庭生活百科全书 下载链接1](#)

标签

家庭生活实用百科

评论

[家庭生活百科全书 下载链接1](#)

书评

[家庭生活百科全书_下载链接1](#)