

百姓治百病



[百姓治百病 下载链接1](#)

著者:

出版者:上海远东出版社

出版时间:2003-7

装帧:

isbn:9787806618189

这是一本以传播自我保健方法为主要内容的科普实用作品选。出版这样一种有特色的书，对广大百姓防病治病、掌握健康的“金钥匙”提供了很好的参考教材。对耕耘在卫生科普报刊园地里的广大新闻工作者、科普工作者，选好科普实用作品的题目，编写好科普文章，也是一本有益的读物。

作者介绍:

- 目录: 一 健康序篇
- 1 健康十大标准
 - 2 健康自我监测标准
 - 3 中年健康十大标准
 - 4 健康性格的十种表现
 - 5 亚健康状态自测
 -
- 二 食疗防病治病篇

.....

三 外用法治病防病篇

.....

四 按摩推拿治病防病篇

.....

五 运动防病治病篇

.....

六 减肥防病篇

.....

七 修身养性康复篇

.....

八 健身须知

.....

附录

后记

• • • • • (收起)

[百姓治百病_下载链接1](#)

标签

评论

[百姓治百病_下载链接1](#)

书评

[百姓治百病_下载链接1](#)