

高血压的居家疗法



[高血压的居家疗法_下载链接1](#)

著者:水

出版者:世界图书出版公司

出版时间:2004-7-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787506268028

《高血压的居家疗法》详细说明高血压的原理、高血压患者的日常饮食及生活注意事项，提供各项保健方法，并介绍对高血压患者有益的中药与草药，是高血压患者不可不读的实用健康书。高血压是世界性常见疾病，近年更有迅速发展之势，因症状不明显，常常令人疏于防范，使病情恶化，是健康的隐形杀手。

作者介绍:

目录: 第一章 高血压的原理

1 特别报道

第二章 高血压和日常生活的注意事项

1 起床到洗脸

2 早餐的重点

3 排便的重点

4 起床至上班前

5 上班前的注意事项

6 办公室、工作上的注意事项

7 回家时的注意事项

8 回家至就寝前的注意事项

9 假日的休闲法

10 特别报道

第三章 高血压患者的衣服和饮食重点

.....

第四章 高血压患者的健康法

.....

第五章 对高血压有效的生药、中药、香草

.....

• • • • • ([收起](#))

[高血压的居家疗法_下载链接1](#)

标签

评论

[高血压的居家疗法_下载链接1](#)

[高血压的居家疗法_下载链接1](#)