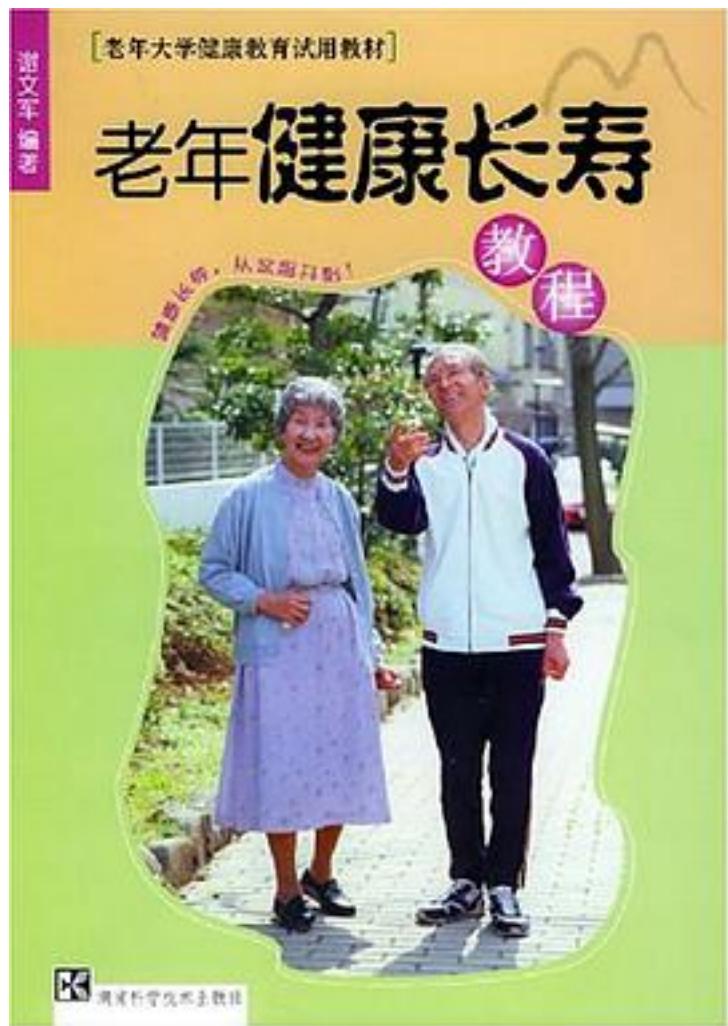


# 老年健康长寿教程



[老年健康长寿教程\\_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2003-1

装帧:

isbn:9787535737069

全书分老年保健基本知识、老年常见病防治、才能年常用保健方法三个部分。第一部分

对健康概念、衰老原因等老年人非常关注而又不十分明白的五十三个问题，以问答形式进行讲解；第二部分从老中病中筛选出冠心病、更年期综合征、老花眼等二十多种常见病症，重点介绍简易有效的防治措施；第三部分从作用、适应证、禁忌证、操作方法、注意事项几个方面，逐一介绍了简易全息穴位按摩法、耳穴贴压疗法、足疗法等二十多种取材简便、疗效好的保健方法，供老年朋友选择使用。本书根据老年大学教材的特殊要求，重点突出，内容丰富，文字通俗易懂，编写形式适合老年朋友阅读，具有较好的科学性、知识性、实用笥。

作者介绍:

目录:

[老年健康长寿教程 下载链接1](#)

标签

评论

---

[老年健康长寿教程 下载链接1](#)

书评

---

[老年健康长寿教程 下载链接1](#)