

# 中老年健康自助小百科（共四册）



[中老年健康自助小百科（共四册）\\_下载链接1](#)

著者:孔繁轲 编

出版者:山东人民

出版时间:2005-11

装帧:

isbn:9787209038454

这是四册套的中老年健康自助小百科。内容主要涉及了四个方面：饮食营养、常见疾病预防、科学运动、心理问题。全书语言通俗，内容易懂，操作性又强，即使是学历不高的老年人阅读，也不会觉得辛苦。

作者介绍:

目录:

[中老年健康自助小百科（共四册）\\_下载链接1\\_](#)

标签

评论

-----  
[中老年健康自助小百科（共四册）\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[中老年健康自助小百科（共四册）\\_下载链接1\\_](#)