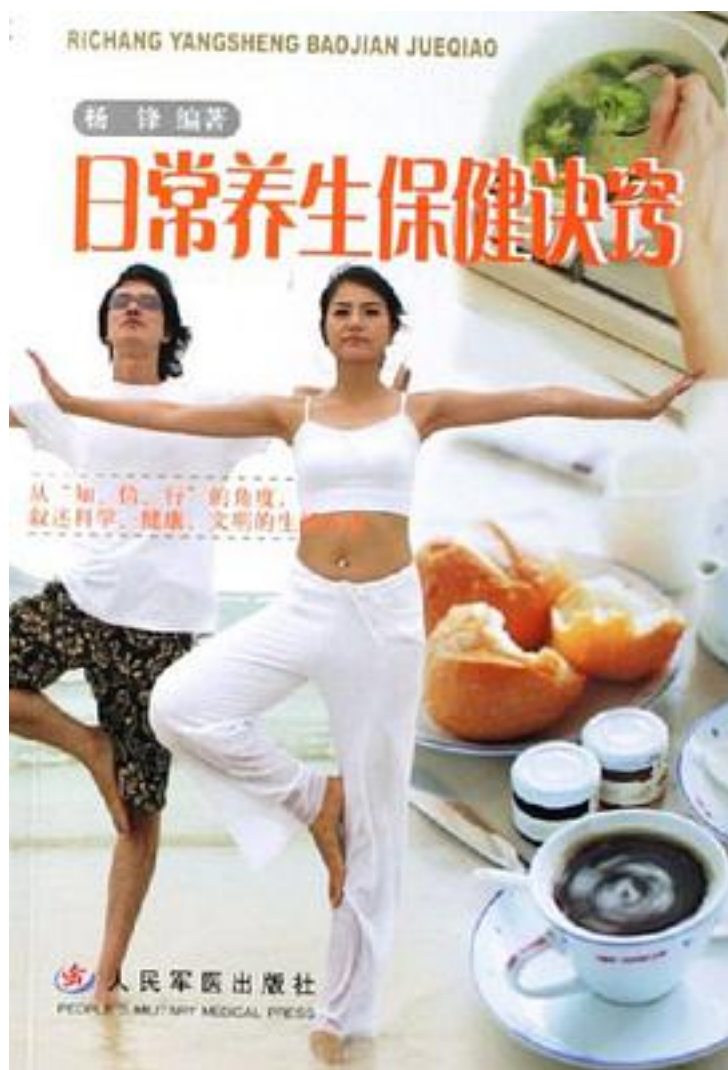


# 日常养生保健诀窍



[日常养生保健诀窍\\_下载链接1](#)

著者:杨锋

出版者:人民军医出版社

出版时间:2006-5

装帧:简装本

isbn:9787509101384

生活无小事。生活中不但蕴涵着无数人生哲理，更蕴藏着许许多多的医学常识。充分了解这些常识，合理运用这些常识，您可能会受益匪浅。为此，笔者为您收录了生活中200余条医学常识，分别从养生保健、美容健身、食疗食补、心理健康、改善环境和预防疾病等六大方面为您的身心健康进行警示提醒，出谋划策。本书内容通俗易懂，语言诙谐，是广大群众保健养生、健体的指导件图书。

作者介绍:

目录:

[日常养生保健诀窍\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[日常养生保健诀窍\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[日常养生保健诀窍\\_下载链接1](#)