

# 健康在我心中



[健康在我心中\\_下载链接1](#)

著者:黄建始

出版者:人民军医出版社

出版时间:2006-8

装帧:简装本

isbn:9787509101483

本书是旅美、加流行病学专家黄建始教授根据讲座讲稿整理的一本健康科普读物。本书寓健康信息于故事之中，将卫生常识及医学知识融入人们生活中，观点鲜明，举例典型生动，通俗易懂。作者结合东西方健康新理念，从一个预防医学专业人员的角度，以科学的态度，告诉大家“要想健康靠自己”，靠自己的关键是“健康在我心中”的道理。只有如此，才能认真学习、科学管理自己的健康，不断进行健康投资，更长久地拥有健康。这是一本关于健康投资的书，它不仅是健康教育工作者的读物，也是老少咸宜、不可多得的好书。

作者介绍:

目录:

[健康在我心中\\_下载链接1](#)

## 标签

黄建始

健康

## 评论

-----  
[健康在我心中\\_下载链接1](#)

## 书评

-----

