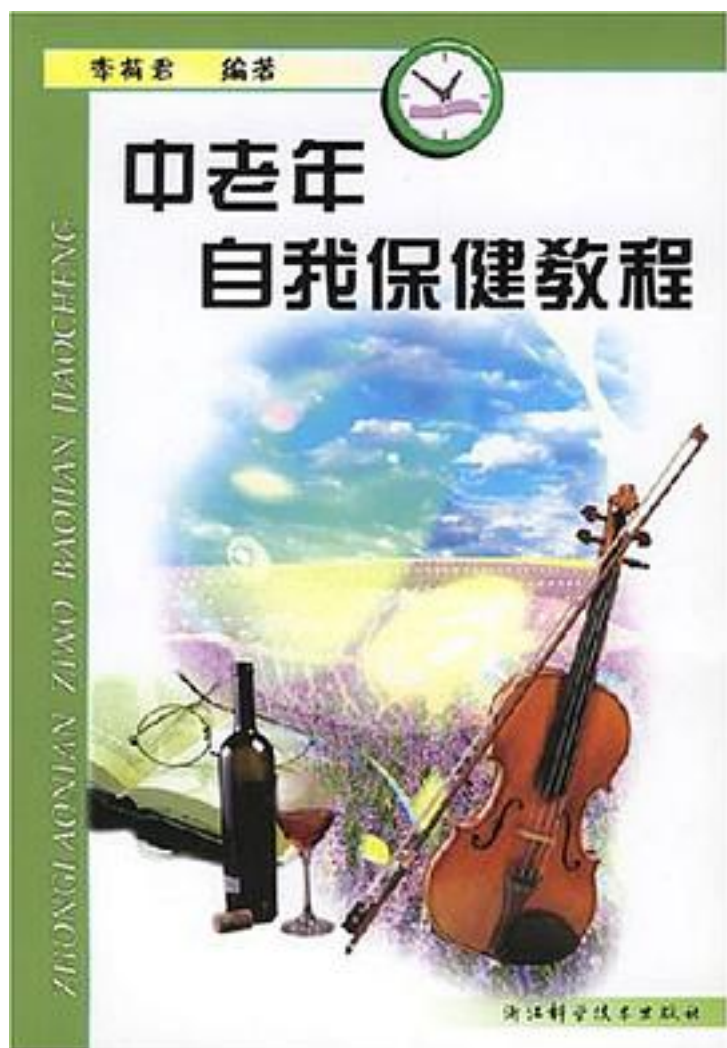


# 中老年自我保健教程



[中老年自我保健教程\\_下载链接1](#)

著者:李荷君

出版者:浙江科学技术出版社

出版时间:2005-6

装帧:

isbn:9787534126444

本书用精辟简洁、通俗易懂的语言，将防病治病、养生健身的科学知识和方法，介绍给广大的中老年朋友，是中老年朋友最适宜的健康顾问。书中涵盖了老年人的生理特点、老年病的特点，以及各个系统常见老年病的简介，如老年期痴呆、高脂血症、动脉粥样硬化及冠心病、脑卒中、骨质疏松病等，以及老年人合理用药的问题，以期能起到自防、自保、自养的作用。

作者介绍:

目录:

[中老年自我保健教程\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[中老年自我保健教程\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[中老年自我保健教程\\_下载链接1](#)