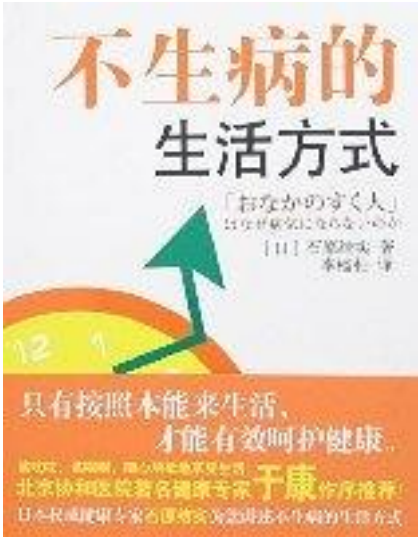


不生病的生活方式



[不生病的生活方式_下载链接1](#)

著者:洪昭光

出版者:中国盲文出版社

出版时间:2007-2

装帧:

isbn:9787500224686

《不生病的生活方式》不生病的生活方式是百试皆灵的健康钥匙，不生病的生活方式是易求易行的黄金处方；不生病的生活方式能使一切健康难题迎刃而解，不生病的生活方式能使人们生活质量节节升高。如果你是健康的，不生病的生活方式会使你健康快乐一百岁；如果你是亚健康的，不生病的生活方式会使你迅速强健，冲刺健康；如果你有点小病，不生病的生活方式会使你小病化无，身心轻松；如果你得了大病，不生病的生活方式会使你大病化小，抑病延年。将不生病的生活方式进行到底！健康有四大决定因素：一是父母的遗传因素；二是外界环境因素；三是医疗条件；四是个人生活方式。前三者占影响健康因素的40%，而健康的60%由生活方式所决定。40%由不得我们，但60%一定要抓住不放。抓住这最重要的60%，你就等于抓住健康、事业、爱情、家庭、财富。

作者介绍:

目录:

[不生病的生活方式_下载链接1](#)

标签

健康

洪昭光

养生

生活

居家生活

卫生保健

评论

虽是老生常谈 确需身体力行

据说比较权威，但愿有用

[不生病的生活方式_下载链接1](#)

书评

[不生病的生活方式_下载链接1](#)