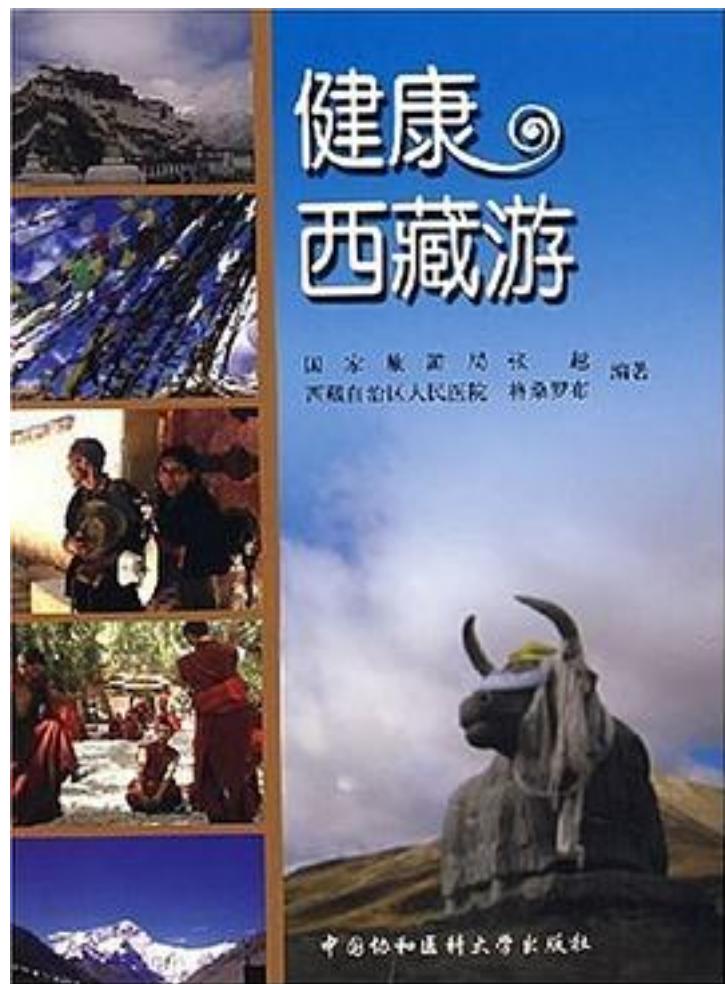


健康西藏游



[健康西藏游 下载链接1](#)

著者:张越

出版者:中国协和医科大学出版社

出版时间:2007-7

装帧:

isbn:9787810729314

★西藏平均海拔在4000米以上，并不是每个人都能适应高原特殊的自然环境。高原对我们的身体有哪些挑战？我们的身体如何去适应？

★本书是一本系统介绍去西藏旅游如何保护健康的好书，去西藏前，不妨让本书为我们做些准备。

西藏是我们祖国的旅游胜地，是我国人民和外国朋友向往的圣地。人们热爱西藏，也希望感受西藏。但是面对地处高原的西藏，多少有些畏惧心理。自己身体状况如何？在西藏会发生什么变化？能否在西藏缺氧状态下正常旅游？出了问题如何解决？对于高原反应有什么预防的措施？万一出现有什么应急处理的办法？

尽管目前的市场上涌现出各种介绍西藏旅游的图书，但是还没有系统介绍去西藏旅游如何保护健康的图书。中国协和医科大学出版社有幸结识了西藏自治区人民医院副院长格桑罗布博士，一位高原病专家，长期以来从事高原病的临床与科研工作，对高原病的诊治具有丰富的经验和独特的见解，为西藏自治区跨世纪学科带头人。同时，我们还非常有幸得到国家旅游局张越同志的帮助，他曾担任第四批援藏导游总领队，积累了大量的资料。他以自己独特的视角诠释西藏的迤逦风光和璀璨文化，让我们能充分的享受西藏独特地理文化的魅力。

作者介绍：

目录：

[健康新藏游 下载链接1](#)

标签

攻略

评论

看了一半 决定暂时不去了

十一去西藏前的功课

[健康新藏游 下载链接1](#)

书评

[健康西藏游 下载链接1](#)