

亚健康状态评估与康复



[亚健康状态评估与康复_下载链接1](#)

著者:乔志恒

出版者:化学工业出版社

出版时间:2007-7

装帧:平装

isbn:9787122003393

本书是系统介绍亚健康的概念、预防、评估和康复等内容的医学专著。书中详细地介绍了12种亚健康评估方法和7种常见亚健康症状的预防，同时科学地阐述了亚健康的心理康复调理、6种自然因子康复调理、10种物理因子康复调理和运动锻炼康复调理等内容。本书最后一章还就中医对亚健康的评估提出了作者独到的见解。本书适合体检中心医务人员、社区医生和健康管理师阅读和参考。

作者介绍:

目录:

标签

评论

图文借 寝室看

书评

不知从什么时候开始，外公有了剪报的习惯，而且侧重于养生方面。于是乎，报上说什么好就烧什么吃。在我看来，这实在是不靠谱。
同样的，我也不喜欢太多教条的医学书。因为人体是神秘的，充满着未知之谜。健康也不是公式，不是每天吃多少多少克食物，做多少小时运动就可以得到...