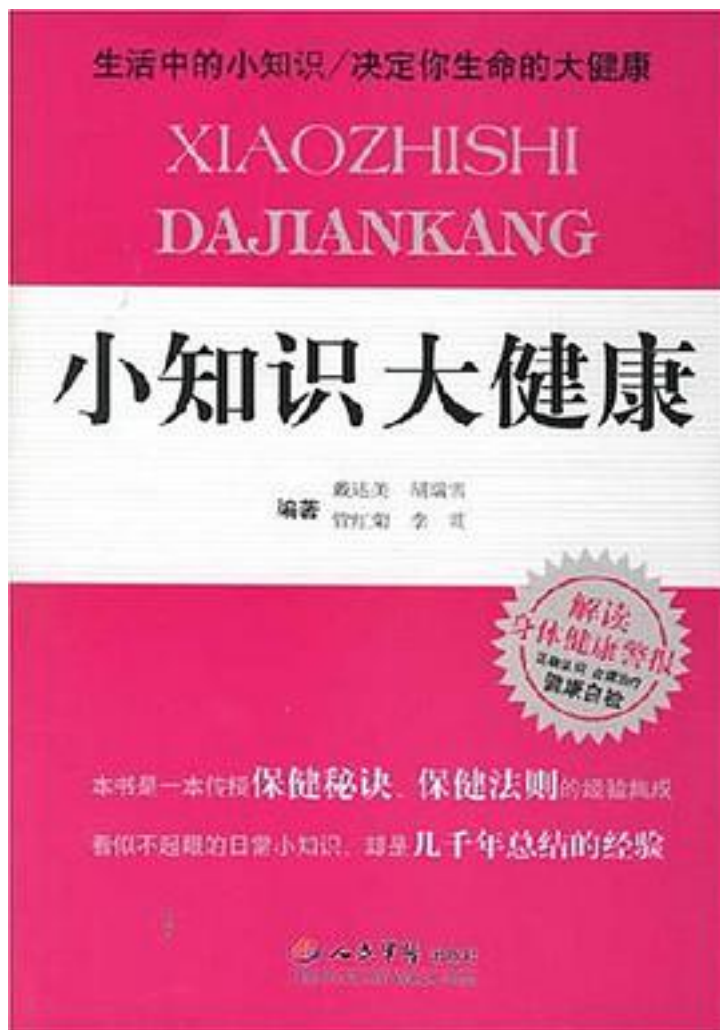


小知识大健康



[小知识大健康_下载链接1](#)

著者:戴述美

出版者:人民军医出版社

出版时间:2007-9

装帧:

isbn:9787509111680

生活中的小知识，却能决定你生命的大健康！身体的健康在很大程度上取决于人们对健

康的认知和态度，要想健康常在，需要保持良好的生活习惯、运用生活中的保健“秘诀”，需要人们一生的积累。本书是一本传授保健秘诀、保健法则的经验集成。分九部分，讲述食品、营养保健，生活、生理保健，常见病症防治，家庭急救和护理，必备的部分诊疗知识，药物有不良反应，家庭科学用药，儿童、妇女及特殊病用药，正确使用保健品等从生活中总结出来的、可以帮助人们更好地获得健康的小知识。这本休闲、实用的健康保健类读物倡导健康理念，语言轻松、形式活泼、贴近群众。适合大中城市关注养生者阅读。祝愿大家在生活中拥有健康！

本书是一本传授保健秘诀、保健法则的经验集成

看似不起眼的日常小知识，却是几千年总结的经验

作者介绍:

目录:

[小知识大健康_下载链接1](#)

标签

当当读书

评论

[小知识大健康_下载链接1](#)

书评

[小知识大健康_下载链接1](#)