

# 实用养生290问



[实用养生290问 下载链接1](#)

著者:容小翔

出版者:人民军医出版社

出版时间:2007-8

装帧:

isbn:9787509111055

本书筛选了290个问题，包括医学基础、癌症防治、家庭防病治病、传统中医中药、婚姻与性知识、饮食与健康、养生与运动、心理保健知识、妇幼保健知识等9个方面，以

问答的形式，针对现代常见病、多发病以及心理疾病等的防治，解答了广大读者普遍关心的卫生保健知识。全书内容丰富，有根有据，有方有药，文章短小，可读性强，科学性与实用性强，适合广大医学爱好者、中老年读者学习与参考。

290条养生经典实例

内容丰富、指导全面、涵盖所有生活细节

简明扼要讲解，全面认真分析，针对病症逐一破解

战胜慢性病，治疗常见病，预防恶性病

专家护航、简单有效，祛病健身，实用养生

作者介绍：

毕业广西中医学院，硕士研究生，副主任医师，《民族医药报》总编辑。从事医学科普创作十五年，著《醋疗保健300法》，发表医学论文数十篇，医学科普文章数百篇。

目录：

一、医学基础知识与趣闻二、癌症防治三、家庭防病治病四、传统中医中药五、婚姻与性知识六、饮食与健康七、养生与运动八、心理保健知识九、妇幼保健知识  
· · · · · (收起)

[实用养生290问](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[实用养生290问](#) [下载链接1](#)

书评

[实用养生290问 下载链接1](#)