

# 杨力谈老年养生



[杨力谈老年养生 下载链接1](#)

著者:杨力

出版者:长安

出版时间:2007-1

装帧:

isbn:9787801756756

本书分为九部分对老年人的生理、心理、运动保健、应养成的生活行为习惯及防治老年常见病、老年饮食保健等老年人所关心的问题进行了比较全面的阐述，重点是指导老年人如何适应老年生活，保持和增进身体健康。

作者介绍:

目录:

[杨力谈老年养生 下载链接1](#)

标签

评论

[杨力谈老年养生 下载链接1](#)

书评

[杨力谈老年养生 下载链接1](#)