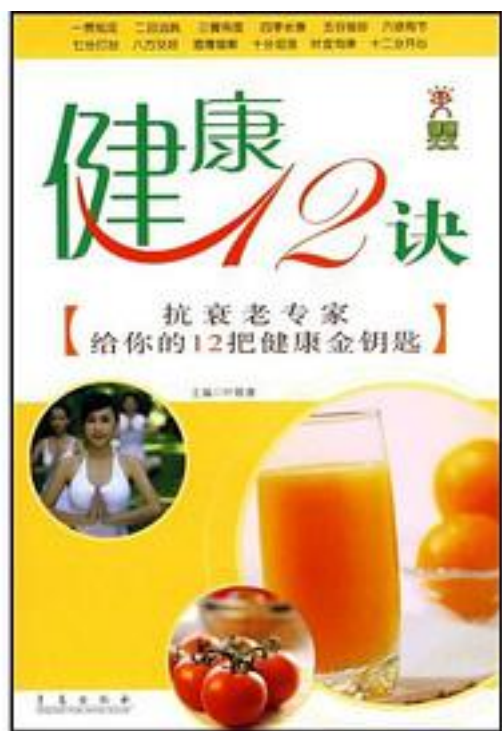


# 健康12诀



[健康12诀 下载链接1](#)

著者:叶颐康

出版者:青岛出版社

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787543645257

《健康12诀(抗衰老专家给你的12把健康金钥匙)》内容简介：没有健康的身体，就没有办法抵御疾病的侵袭。健康是生活和工作的本钱，有一个健康的身体，工作、生活才有基本的保障。

“人活百岁不是梦”并非空谈，而是正常的生物规律。但现在我们人均寿命只有70岁，这主要是因为人民健康知识缺乏造成。或者说，许多人不是死于疾病而是死于无知。

《健康12诀》为在追求健康过程中迷途的人们提花了最好的解决方案。与众多健康类图书不同的是，《健康12诀(抗衰老专家给你的12把健康金钥匙)》以人们耳熟能详的养生口诀方式，把严肃的保健科学主题娓娓道来，既具有科学性、实用性、又具有可读性

、趣味性，形式新颖活泼，因而独具特色。

《健康12诀(抗衰老专家给你的12把健康金钥匙)》贴近生活，贴近实际，贴近百姓，引导读者以真情实感去体验健康的真谛。分析深刻，说服力强，使读都备感轻松，能够感受到科普的清新，时代的气息。相信《健康12诀》定会为您带去健康的福音。

作者介绍:

目录:

[健康12诀\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[健康12诀\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[健康12诀\\_下载链接1](#)