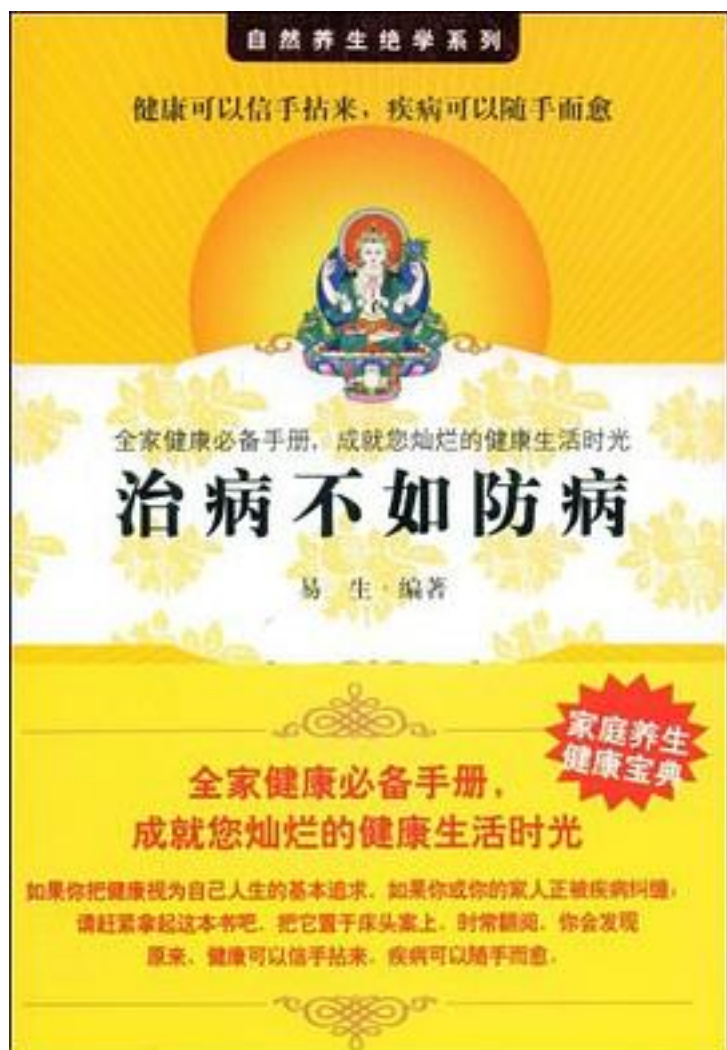


# 治病不如防病



[治病不如防病\\_下载链接1](#)

著者:王益泽

出版者:黑龙江科学技术

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787538855746

《治病不如防病》从习惯、饮食、运动、心理四个方面出发，着重分析了某些日常生活习惯的利与弊，从习惯上防病于未然；怎样吃才最有营养、最科学，从饮食上防病于未然；怎样锻炼身体才最有效，从运动上防病于未然；怎样保持心理健康，从心理上防病于未然。人们总是在生病之后才去治病，却很少有人想到在生病之前去防病。防病于未然，才是最正确的养生之道。

作者介绍:

目录:

[治病不如防病\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[治病不如防病\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[治病不如防病\\_下载链接1](#)