

别让生活毁了健康



[别让生活毁了健康\\_下载链接1](#)

著者:水淼

出版者:

出版时间:2008-7

装帧:

isbn:9787509119006

《别让生活毁了健康》从生活细节、居家卫生等方面，分析了现代女性在居家生活中可能患的“主妇职业病”，比如手湿疹、家务劳动损伤、电视综合征、抑郁症等，并从饮食、运动、睡眠等方面给出了具体的预防和治疗方法，同时，还分门别类列举出家庭厨房、卫生间、卧室等地方的健康卫生问题，其中穿插一些生活事例，倡导人们关注居家健康。《别让生活毁了健康》是系统地、针对家庭主妇及女性居家健康的保健养生图书。

作者介绍：

目录：

[别让生活毁了健康 下载链接1](#)

标签

评论

---

[别让生活毁了健康 下载链接1](#)

书评

---

[别让生活毁了健康 下载链接1](#)