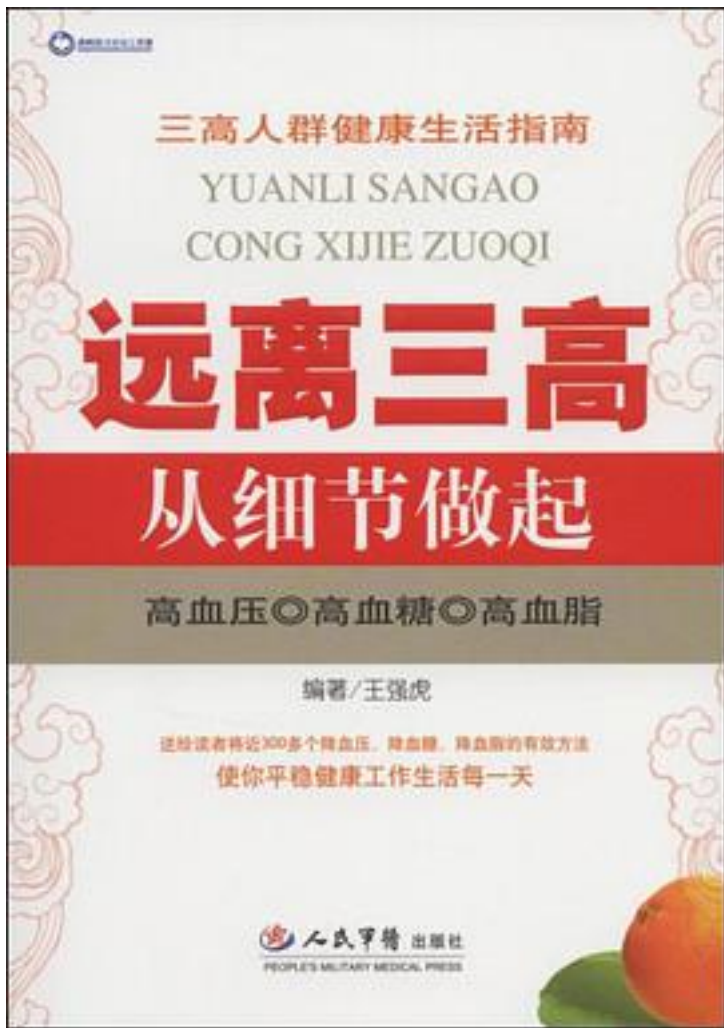


远离三高从细节做起



[远离三高从细节做起_下载链接1](#)

著者:王强虎

出版者:

出版时间:2008-11

装帧:

isbn:9787509119532

《远离三高从细节做起》主要内容：生活水平的提高，工作节奏的加快，不健康的饮食

习惯造就了大量的高血压、高血糖、高血脂患者，严重的影响了人们的身心健康，《远离三高从细节做起》从读者最迫切的需求出发，分别论述了“三高”患者在诊断、预防、食疗、起居、运动、自疗、用药的各个细节及自我监测等，让读者对“三高症”有全面的了解，做到诊治了然于心，生活“防患于未然”。全书以实用性和可操作性为指导，不仅适合所高血压、糖尿病、高血脂患者及其家属人阅读，而且对广大中年以上健康人群及早预防“三高”也会有非常切实的帮助。

作者介绍:

目录:

[远离三高从细节做起_下载链接1](#)

标签

善径堂鱼油

评论

深海鱼油好处多多：1、调节血脂：降低血液中低密度脂蛋白浓度，升高高密度脂蛋白的浓度。2、调节血压：缓解血管紧张，防止血管痉挛。3、清理血栓：降低血液粘稠度，预防血栓形成，预防脑血栓和脑梗塞。4、增强血管弹性，延缓动脉血管硬化。5、活化脑细胞，保护和改善视力作用。6、有益于眼部健康，改善视力、延缓视力的衰退。绝对是孝敬父母，提高身体素质的绝佳保健品！
善径堂鱼油现面向全国招募经营者管理者！V: zitongshe

[远离三高从细节做起_下载链接1](#)

书评
