

# 别把身体不当回事儿



[别把身体不当回事儿\\_下载链接1](#)

著者:宋哲

出版者:

出版时间:2008-12

装帧:

isbn:9787811205022

《别把身体不当回事儿:30岁一定要掌握的健康秘诀》主要讲述了30岁人士所要面临的 身体问题。从心脏系统、消化系统、呼吸系统、内分泌系统、人体骨骼系统、心理健康、 健康的生活方式几方面介绍了30岁左右的人士所要注意的身体问题，《别把身体不当 回事儿:30岁一定要掌握的健康秘诀》介绍了许多预防疾病的小知识，便于读者更加容 易照顾好自己的身体。

作者介绍:

目录:

[别把身体不当回事儿\\_下载链接1](#)

## 标签

健康地

## 评论

写的很泛泛 都是知道的道理

-----  
被人给的一本书，就是看看。

-----  
[别把身体不当回事儿\\_下载链接1](#)

## 书评

-----  
[别把身体不当回事儿\\_下载链接1](#)