

怎样不得病/医生的忠告



[怎样不得病/医生的忠告 下载链接1](#)

著者:刘克玲, 陶金

出版者:

出版时间:2009-1

装帧:

isbn:9787534422324

《医生的忠告：怎样不得病》汇集了数十位国内顶级医学专家、博士导师、心理学家的

几十年行医经验，针对国人的体质、健康状况等，浅显易懂地从保健、养生、医疗等方面，引导人们关注健康、从小处入手，排除错误观念，真正做自己的医生。人的健康与寿命取决于多种因素：60%取决于生活方式；15%为遗传因素；10%为社会因素；8%为医疗条件；7%为气候因素。由此看来我们能左右自己健康与否的可改变因素竟占六成，也可以说，“生命在自己手中，健康由自己掌控”。

作者介绍：

目录：

[怎样不得病/医生的忠告](#) [_下载链接1](#)

标签

评论

[怎样不得病/医生的忠告](#) [_下载链接1](#)

书评

[怎样不得病/医生的忠告](#) [_下载链接1](#)