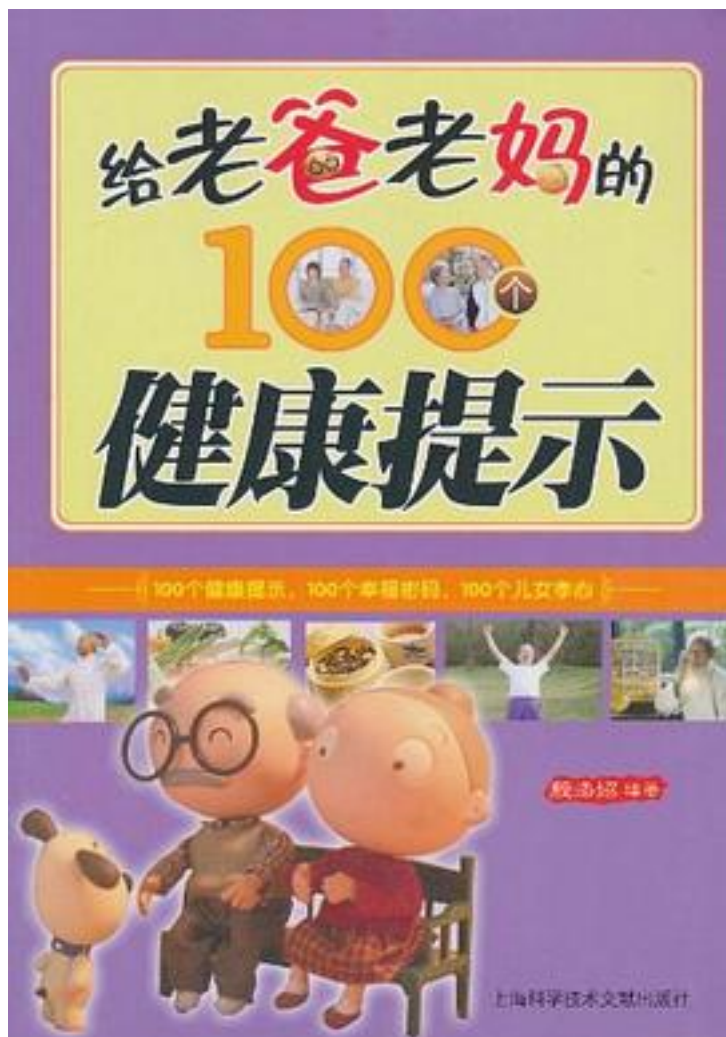


给老爸老妈的100个健康提示



[给老爸老妈的100个健康提示_下载链接1](#)

著者:殷添炤

出版者:

出版时间:2010-12

装帧:

isbn:9787543945418

《给老爸老妈的100个健康提示》是一本专门写给中老年朋友的健康教育读物，针对中

老年人的生理特点，提示中老年人在生活中可能遇到的诸多健康问题，并给出解决这些问题的方法。这些答案来自国内外强身健体、保健养生的最新资料，用翔实的科学依据、简单的语言阐述了适合中老年人的健康生活方式，其范围涉及心理、生理、理疗、饮食、起居等方面，具有很强的指导性和参考意义。

阅读《给老爸老妈的100个健康提示》时，读者只要浏览目录，便可轻松地找到与自己紧密相关的内容。当然，读者要是求知欲旺盛，可通读全书，掌握更多的养生之道，避免在日后的生活中踩到健康的雷区。

作者介绍:

目录:

[给老爸老妈的100个健康提示 下载链接1](#)

标签

老爹的书

生活

评论

不要等到老了才去关注健康。

[给老爸老妈的100个健康提示 下载链接1](#)

书评

[给老爸老妈的100个健康提示 下载链接1](#)