

《老年人保健十法》

图书基本信息

书名：《老年人保健十法》

13位ISBN编号：9787218035314

10位ISBN编号：7218035310

出版时间：2001-3-1

出版社：广东人民出版社

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《老年人保健十法》

内容概要

本书包括：调摄精神、顺应环境、讲究起居、调配饮食、坚持锻炼、注意卫生、注重预防等十章内容。

《老年人保健十法》

书籍目录

前言

第一章 调摄精神

第二章 顺应环境

第三章 讲究起居

第四章 调配饮食

第五章 坚持锻炼

第六章 注意卫生

第七章 注重预防

第八章 适当娱乐

第九章 重视穿着

第十章 慎重服药

《老年人保健十法》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com