

《提高免疫力的77种方法》

图书基本信息

书名：《提高免疫力的77种方法》

13位ISBN编号：9787508031132

10位ISBN编号：750803113X

出版时间：2003-07

出版社：华夏出版社

作者：胡睿

页数：116

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

《提高免疫力的77种方法》

内容概要

教你简单易懂的观念，让你成为精通健康知识的专家
这是一本以“我的母亲是否能看懂”为基准的书：

坊间的医学书籍虽然都强调“浅显易”，但是其所谓的浅显易懂，中是对医生浅显易懂而已，对一般人仍是艰涩难懂的。本书作者以让自己的母亲能否看懂为基准写出这本易懂、易读、易行的书。

你应该成为一个精通健康知识的人，而不是一个精通疾病知识的人：
疾病的知识交给医生就好了，您只要精通健康知识，也就是提升您的

《提高免疫力的77种方法》

书籍目录

前言

第一章 免疫力——健康新概念

第二章 感冒与免疫力

第三章 毒素、细菌、病毒与免疫力

第四章 压力与免疫力

第五章 使用药物

第六章 睡眠的作用

第七章 提高免疫力的小技巧

第八章 免疫力指数

第九章 去医院的技巧

第十章 心理暗示

第十一章 疾病与健康

《提高免疫力的77种方法》

精彩短评

1、不够专业

《提高免疫力的77种方法》

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