

《健康的革命》

图书基本信息

书名：《健康的革命》

13位ISBN编号：9787801213853

10位ISBN编号：7801213858

出版时间：2004-1

出版社：军事医学科学出版社

作者：

页数：166

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

《健康的革命》

内容概要

《健康的革命》针对人们关注的健康问题，阐述了如何科学理解健康概念，树立健康观念，珍惜健康财富；怎样做到“合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡”；如何进行健康储蓄、健康管理、自我保健等等。《健康的革命》资料翔实，观念新颖，内容丰富，通俗易懂，深入浅出，科学实用。是指导和改进人们健康生活的良师益友式的个人读物。

《健康的革命》

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