

《教你增强免疫力》

图书基本信息

书名：《教你增强免疫力》

13位ISBN编号：9787030114945

10位ISBN编号：7030114949

出版时间：2003-05-01

出版社：科学出版社

作者：林磊

页数：115

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

《教你增强免疫力》

内容概要

本书根据世界卫生组织关于定义健康的新标准，以通俗的语言讲述了如何提高人类身心健康素质，即如何提高免疫力的几种方法。包括：心理调试、营养与饮食、中药、药膳、运动、按摩保健、睡眠和音乐等。分8个小章节。实用性和普及性强。适用于广大群众增强免疫力，提高健康生活水平。

《教你增强免疫力》

精彩短评

1、很普通。。。

《教你增强免疫力》

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