

# 《远离高血压》

## 图书基本信息

书名：《远离高血压》

13位ISBN编号：9787543313545

10位ISBN编号：7543313545

出版时间：2001-09-01

出版社：天津科技翻译出版公司

作者：董艳丽

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](http://www.tushu000.com)

# 《远离高血压》

## 内容概要

为了预防高血压病给上班族带来的灾害，本书向读者特别是上班族介绍一些行之有效的防治高血压的方法及日常生活中应了解的有关高血压病的知识。如您希望远离高血压，那么，本书的出版定会给您带来健康的食粮。

## 书籍目录

### 第一章 你了解高血压病吗

#### 1 概述

.....

### 第二章 高血压病人该怎样工作和生活

#### 1 高血压病人的工作和生活

.....

### 第三章 不吃药也能降压

#### 1 高血压自我康复法

.....

### 第四章 吃得科学也能降压

#### 1 餐桌上的降压药

.....

### 第五章 降压的健身疗法

#### 1 运动疗法

.....

### 第六章 高血压病人何时易“出事”

#### 1 高血压病人的“危险动作”

.....

### 第七章 你身边的奇效良方

# 《远离高血压》

## 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](http://www.tushu000.com)