

# 《身体好全靠养》

## 图书基本信息

书名：《身体好全靠养》

13位ISBN编号：9787564513627

10位ISBN编号：7564513624

出版时间：2013-4

页数：188

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)

# 《身体好全靠养》

## 内容概要

据每年的传染病报告调查显示，各种肝病发病率和死亡率都居高不下。如脂肪肝和酒精肝的发病率在逐年升高，甚至连儿童脂肪肝的比率也越来越大。因此，保肝护肝势在必行，养护肝脏，就等于守护健康美好的生活。肝病三分在治，七分在养。养肝护肝。应当从细节入手，不管是在饮食、运动方面。还是在生活、情志方面，都需要注意常被人们忽略的防治细节。《身体好全靠养--养肝》为大众提供准确、实用、科学的养肝知识。

陶红亮、张卫东和吕双喜主编的《身体好全靠养--养肝》是一本适合家庭使用的养肝保健书，尤其适合中年男性阅读。通过阅读本书，您会发现最贴合自身需要的调理方法。只要您把这些简单、实用的方法运用到每日的生活之中，养肝就会变成您的习惯。养肝习惯的养成，不仅会决定您的健康，甚至还会影响到您一生的命运。

# 《身体好全靠养》

## 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)