

《亚健康关怀手册》

图书基本信息

书名：《亚健康关怀手册》

13位ISBN编号：9787543313514

10位ISBN编号：7543313510

出版时间：2003-9

出版社：天津科技翻译出版公司

作者：王月兰等编

页数：167

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

《亚健康关怀手册》

内容概要

今天的上班族，当您把目标放在优质生活上的时候，根本没有注意到一种不可忽视的危险正悄悄走近。长久以来我们已经习惯了压力、紧张、快速及过度精细的饮食，到最后只能整天拖着一副疲惫的身躯，像泄了气的皮球，强撑着却欲振乏力，使您为自己的健康而烦恼。此时，我们必须重新思考生活质量问题，针对不健康的生活方式所带来的各种弊端，我们编写了这本小册子，奉献给您，使您别为健康烦恼。

《亚健康关怀手册》

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