

《大脑与抗衰延寿》

图书基本信息

书名：《大脑与抗衰延寿》

13位ISBN编号：9787502527808

10位ISBN编号：750252780X

出版时间：2000-5

出版社：化学工业出版社

作者：曾宪平编

页数：193

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

《大脑与抗衰延寿》

内容概要

本书以延缓大脑衰老为核心，坚持抗衰、养生、实用为原则，从抗衰问题的提出，补充抗衰延寿的标准，介绍衰老的首要原因——中枢神经系统衰退、衰竭、免疫、神经内分泌机能紊乱、失调、下丘脑及松果体衰退，而导致人体生命功能的衰退、死亡。以建设美好心境，保持营养平衡，锻炼提高体质，改善生存环境，夫妻恩爱情深，预防疾病等各方面围绕大脑缓衰问题，并以探索的精神，以抗衰，抗氧化为重点，结合中老年人实际，介绍各种方法与措施，以达到健脑强身，缓衰延年。

《大脑与抗衰延寿》

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