

中年人健康生活直通车 第2站 日常生活保健



作者：陈沛沛，朱明方总主编；马光菊等编著

出版社：北京：中国中医药出版社

出版日期：2002.08

总页数：207

介绍：中年人如何珍惜自己的健康，加强日常生活保健，成为过好中年关的一个及其重要的问题。本书分别从中年人健康须知、中年饮食起居保健、中年人健身防衰三个方面论述中年人日常生活保健的必备知识。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/10885440.html>）查找全本阅读方式

中年人健康生活直通车 第2站 日常生活保健 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/10885440.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/10885440.html>

书名：中年人健康生活直通车 第2站 日常生活保健