

健康要提醒 远离疾病的365个健康忠告



作者：纪康宝主编

出版社：合肥：安徽科学技术出版社

出版日期：2008.03

总页数：272

介绍：365个健康提醒,强化您的健康观念,让您真正懂得维护自我健康,远离疾病。本书以每天一个特别提醒的独特形式,交给人们一把可以开启科学、健康、文明的生活方式之门的金钥匙。书中罗列了饮食营养、运动保健、两性健康、生活习惯、职场保健、延年益寿等各方面的健康提醒,突出那些众所周知却又最容易被忽视的恶习,提醒您时刻注意维护自我健康,并由这些健康提醒中体会到健康哲理、健康思路和健康方法,让您告别疾病、远离疾病、快乐生活,让您的生命迈上新的台阶!

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/12032264.html>) 查找全本阅读方式

健康要提醒 远离疾病的365个健康忠告 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12032264.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12032264.html>

书名：健康要提醒 远离疾病的365个健康忠告