

中老年养生宝典



作者：王竹星主编

出版社：天津：天津科学技术出版社

出版日期：2008.12

总页数：298

介绍：本书内容涵盖了中老年心理与生理特征、更年期养生保健、四季养生保健、饮食养生与宜忌、日常生活保健、性生活保健及常见病防治与运动锻炼等内容。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12115634.html>）查找全本阅读方式

中老年养生宝典 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12115634.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12115634.html>

书名：中老年养生宝典