

学会吃喝睡 专家教你走出健康



作者：胡建夫著

出版社：北京：中国友谊出版公司

出版日期：2004. 01

总页数：347

介绍：本书致力于从日常饮食、睡眠方面对健康问题进行研究，阐述了日常主食的搭配、排毒食品的选择、怎样取得高质量睡眠等问题。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12533542.html>）查找全本阅读方式

学会吃喝睡 专家教你走出健康 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12533542.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12533542.html>

书名：学会吃喝睡 专家教你走出健康