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