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/1253 3542.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