智慧养生 心理保健与疾病康复



作者: 王水龙编著

出版社: 西安: 西安交通大学出版社

出版日期: 2014.09

总页数: 203

介绍:本书的上篇,心理与健康,论述了心理对健康长寿的影响,中医心理的传统养生观以及现代人的心理保健理念,以及中老年人的心理特征,更重要的是上篇讲述了适合中老年人心理养生的各种方式方法,对这些方式方法的领会与掌握,有利于中老年人建立良好的心理保健习惯,而良好的心 ……

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/13728628.html) 查找全本阅读方式

智慧养生 心理保健与疾病康复 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/1372 8628.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13728628.html

书名: 智慧养生 心理保健与疾病康复