## 现代老年人养生保健指南



作者: 朱明德著

出版社:上海:复旦大学出版社

出版日期: 2015.08

总页数: 177

介绍:随着社会科技的进步,人民生活水平的提高和社会老龄化进程的加快,越来越多的老年人把健康长寿当作追求的首要目标。为了指导老年人如何正确地进行养生保健,使老年朋友树立先进的养生保健理念,学习科学的养生保健知识,选择适合自己的养生保健方法,特编写本书。本书分为医学思想篇、医学智慧篇、医学指引篇三个篇章。具体讲述了在当今社会,老年人应该如何养生、如何应对慢性非传染性疾病,最后详细的介绍了老年人的养生保健指南。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/13844356.html) 查找全本阅读方式

现代老年人养生保健指南 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/13844356.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13844356.html

书名:现代老年人养生保健指南