

<<健康日志>>

图书基本信息

书名：<<健康日志>>

13位ISBN编号：9787117096195

10位ISBN编号：7117096195

出版时间：2008-1

出版时间：人民卫生

作者：郭清

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<健康日志>>

### 内容概要

健康是人生的第一财富，有了健康就有希望。

本书针对人群的常见疾病和不良的生活方式及行为，介绍了正确的健康理念和一些实用的疾病预防知识，树立了科学的健康观。

另外，书中还留出版面用于记录读者每日的工作计划、健康记事，以促使读者在工作的同时能更多地关注健康，促进健康生活、健康工作。

该书不仅用于健康知识印宣教，更努力把健康观念引入读者的日常工作和生活，把对公众的健康指导、健康促进真正落到实处。

<<健康日志>>

书籍目录

第一章 饮食与健康第二章 运动与健康第二章 生活方式与健康第四章 心理与健康第五章 预防疾病

## <<健康日志>>

### 编辑推荐

《健康日志》不仅用于健康知识印宣教，更努力把健康观念引入读者的日常工作和生活，把对公众的健康指导、健康促进真正落到实处。

<<健康日志>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>