

<<长寿与保健>>

图书基本信息

书名：<<长寿与保健>>

13位ISBN编号：9787502524715

10位ISBN编号：7502524711

出版时间：1999-4

出版时间：化学工业

作者：朱志明

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>

## <<长寿与保健>>

### 内容概要

《长寿与保健》作者通过40年来对1000例长寿老人、百岁老人的调查研究和追踪观察，示了长寿者体表、体质和有关生理功能特点；探讨了遗传、环境、劳动、锻炼、营养、情绪个性、生活方式诸因素与健康 and 寿命的关系。

结合长寿者经验，提出了各项自我保健措施及迈向健康而长寿的机遇和条件。

全书涉及8项科研成果，资料翔实，内容新颖。

对提高人们健康素质，特别是中、老年保健，具有启发和指导意义。

《长寿与保健》适合各年龄段广大读者阅读，并可作为老年医学研究人员、临床保健医生、全科医生参考资料。

<<长寿与保健>>

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>