

<<漫画健康养生手册>>

图书基本信息

书名：<<漫画健康养生手册>>

13位ISBN编号：9787507733037

10位ISBN编号：7507733033

出版时间：2009-10

出版时间：笑脸兔 学苑出版社 (2009-10出版)

作者：笑脸兔 绘

页数：161

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>

## <<漫画健康养生手册>>

### 内容概要

国内首部上班族健康漫画！

专为年轻上班族而作，献给在都市中忙碌打拼的你我！

《漫画健康养生手册》采用漫画形式介绍健康知识，包括六个部分：养生妙法、健康忠告、食疗养生、健康常识、治疗秘方、健康感悟。

书中的健康知识均为作者研究多本健康养生书籍后提炼所成，内容全面、实用易行。

并特别针对上班族常见病，如：鼠标手、颈椎病、胃肠道功能紊乱、焦虑症等提供治疗小窍门。

书中的两个漫画人物“嬉皮”与“笑脸”更是充满奇思妙想、令人捧腹。

爆笑之中学养生。

传播健康、收获快乐是《漫画健康养生手册》的最大特色。

## <<漫画健康养生手册>>

### 作者简介

笑脸兔，男，现居广州。

文化公司设计总监，笑脸兔漫画工作室主笔。

从小热爱绘画，高中时代开始举办个人画展，美院毕业后与漫画结缘，正式开始职业化漫画创作。

喜欢做创新的工作，追求与众不同，常常异想天开！

已出版漫画《杀狼狂想记》。

计划出版漫画：《史上最恶搞的兔子——32兔》，《疯狂胎儿绝不出生的N个理由》，《疯狂敢死队》。

<<漫画健康养生手册>>

书籍目录

养生妙法健康忠告食疗养生健康常识治疗秘方健康感悟

<<漫画健康养生手册>>

章节摘录

插图：

## <<漫画健康养生手册>>

### 后记

记得小时候，常常感冒生病，父母带着我三天两头往医院跑。

每次医生看到我总是笑着对我说：“你又来啦！”

我听了心里真不是滋味，谁想来呢，要知道，吃药打针对一个小孩来说可是最大的痛苦了。

那时我多渴望自己不再生病！

后来长大了一点，慢慢竟总结出了常感冒的原因。

原来我不当心，就容易感冒。

比如，我常喝自来水，有时还喝河水；玩耍出汗了也不及时换衣服；随便淋雨、狂吃冰棍等等。

因为不想再去医院，不想再吃药打针，所以后来再也不做那些会令我生病的事，结果也真的很少生病了。

现在回想起来，如果小时候早点懂得这些道理就不用受那么多苦了。

呵呵，不过当时不受点苦，也许之后我也不会喜欢上看健康养生方面的书籍。

近年来健康养生的书越来越多，说明现代人越来越重视自己的健康。

但我发现许多健康养生书太过专业，很多读者往往看不懂、记不住，一本书没看几篇就让它永远躺在书架上了。

<<漫画健康养生手册>>

媒体关注与评论

<<漫画健康养生手册>>

编辑推荐

<<漫画健康养生手册>>

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>