

<<健康误区>>

图书基本信息

书名：<<健康误区>>

13位ISBN编号：9787533536527

10位ISBN编号：7533536525

出版时间：2010-7

出版时间：福建科学技术出版社

作者：顾勇等著

页数：267

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>

<<健康误区>>

内容概要

随着生活水平的提高，人们越来越重视生活质量，以期在温馨舒适的环境中，享受生活的乐趣。生活中存在各种各样容易被误解、不为人所注意的健康误区，别看它小，时间长了就可能会影响您的生活质量。

因此书中来了一个大汇总，各种各样的生活误区在这里一应俱全，可以作为家庭日常生活枕边书。

<<健康误区>>

书籍目录

一、家庭饮食误区（一）饮食习惯（二）主食糕点（三）蔬菜瓜果（四）鱼肉蛋禽（五）饮品酒水（六）烹饪及厨房卫生二、装修布置误区（一）家庭装修（二）居室布置及保养三、生活保健误区（一）服饰穿戴（二）日常保健（三）睡眠保健（四）老年保健（五）心理保健四、疾病防治误区（一）百病巧治（二）家庭用药五、美容健身误区（一）美容（二）健身（三）减肥六、性与婚育误区（一）男性健康（二）女性健康（三）夫妻生活（四）孕产（五）育儿

<<健康误区>>

编辑推荐

《健康误区》从现代家庭的实际需要出发，从科学性，实用性的角度入手，归纳总结了日常生活中各种危害健康的误区和陷阱。

内容主要涉及家庭饮食、装修布置、生活保健、疾病防治、美容健身等备受关注且容易忽视的问题，帮助读者培养良好的健康习惯，为您的健康生活保驾护航！

<<健康误区>>

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>