

<<红色保健>>

图书基本信息

书名：<<红色保健>>

13位ISBN编号：9787801781406

10位ISBN编号：7801781406

出版时间：2004-11

出版时间：华龄出版社

作者：顾英奇

页数：92

字数：50000

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>

## <<红色保健>>

### 内容概要

中央领导人的养生保健有什么秘诀？

能不能向大众公开？

针对这个很多人关心的问题，原中央保健委员会副主任、原国家卫生部副部长顾英奇先生主编了《红色保健——开国领袖的养生之道》，作为夕阳美丛书之一，向大家公开了其中的“秘诀”。

本书汇集了作者从事的一代党和国家领导人保健养生工作的经验和亲见亲历，语言生动活泼，情节引人入胜。

作者分别是毛主席的保健医生、305医院原院长徐涛；周恩来总理的保健护士、原中南海保健组护士长王星明；刘少奇的保健医生、卫生部保健局原局长耿德章；朱德的保健医生、卫生部原副部长顾英奇

。他们即是权威的养生保健专家，又有为国家领导人服务的保健工作体会。

通过本书，读者可学到领袖人物的许多健康长寿之道。

<<红色保健>>

作者简介

顾英奇，毕业于哈尔滨医科大学，主任医师，名誉教授。

第七届全国政协委员、第八届全国政协常委。

曾任中央警卫局保健处保健医师、副处长、处长，国家卫生部副部长、党组书记、中国红十字基金会会长、中国老年医学保健研究会会长、中国医学装备协会理事长，中国科普作家协会

## <<红色保健>>

### 书籍目录

毛泽东怎样自我保健 · 体育锻炼 · 饮食起居 · 乐观开朗 · 保健养生中的遗憾周恩来的日常保健 · 生活简朴 · 平易近人 · 鞠躬尽瘁 · 自我保健刘少奇保健四则 · 保证充足的睡眠 · 心中只有人民 · 坚持体育锻炼 · 注意口腔卫生朱德的养生之道 · 豁达平和 · 追求革命理想 · 生活规律 · 控制饮食 · 重视体育锻炼 · 爱好广泛 情趣高雅 · 积极治疗已有疾病 · 防患于未然

<<红色保健>>

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>