

<<21世纪新健康指南>>

图书基本信息

书名：<<21世纪新健康指南>>

13位ISBN编号：9787810725750

10位ISBN编号：7810725750

出版时间：2004-10

出版时间：中国协和医科大学出版社

作者：何燕生

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>

## <<21世纪新健康指南>>

### 内容概要

作者何燕生是优秀的华人科学家，在美国著名的医学研究机构工作多年。

《21世纪新健康指南:立足于最新科研成果的饮食与生活方式》为作者根据国际最新、最权威的科学研究资料编写而成。

《21世纪新健康指南:立足于最新科研成果的饮食与生活方式》深入浅出地向读者介绍了有关营养、投炼、生活方式等方面的新知识、新观念，并向读者推荐了各种符合最新科研成果的生活方式、身体保健方式，读来令人耳目一新。

书中附有大量表格，以方便读者根据有关科学数据，测评自身的健康状况，确定的营养摄入量和运动量。

书附有“趣味知识问答”，帮助读者了解人体科学及营养科学知识。

《21世纪新健康指南:立足于最新科研成果的饮食与生活方式》内容科学、新颖，语言通俗、流畅，是一本非常实用的科学保健手册。

<<21世纪新健康指南>>

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>