第一图书网, tushu007.com

<<三分鐘健康檢查>>

图书基本信息

书名:<<三分鐘健康檢查>>

13位ISBN编号: 9789861676463

10位ISBN编号: 9861676465

出版时间:2010-1-20

出版时间:雅典娜書坊

作者:松原英多

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

第一图书网, tushu007.com

<<三分鐘健康檢查>>

内容概要

飲食方式、睡眠、習慣、姿勢 這些眾人所忽略的事情,在醫生的眼裡,都是重要的資訊 經由閱讀本書,各位就可以自己檢查這些訊息。

隨便擺一個姿勢,或是利用簡單的檢查,就可以知道自己的健康程度,對此,各位或許難以置信! 然而,這些全都有醫學的根據。

現在將為各位介紹如何檢查自己身體處於何種狀態的基本方法。

這些有趣的檢查,一定會讓你躍躍欲試。

當然,對於心臟、胃、肝臟、腦、血管等重大的身體各部位,也可以進行總檢查。

你所擔心的內臟,亦可依病名來進行檢查(見本書(症狀索引)欄)。

感覺身體有異常時,立即前往醫院 對於忙碌的各位而言,也許做不到,而且一想到要在候診室苦等,更懶得求醫。

但是,這個「感覺身體有異常」卻是非常重要的訊號。

現在,最重要的是要知道身體異常的理由,以及儘早實行維持健康的最佳方法。

利用本書來進行安全檢查,也要對自己的身體有信心。

第一图书网, tushu007.com

<<三分鐘健康檢查>>

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