

# 《决定健康的365个细节》

## 图书基本信息

书名：《决定健康的365个细节》

13位ISBN编号：9787538432244

10位ISBN编号：7538432248

出版时间：2006-8

出版社：吉林科学技术出版社

作者：纪康宝

页数：365

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《决定健康的365个细节》

## 内容概要

本书从生活中容易被忽视，或者不被重视的细节入手，向您科学地讲述与日常生活密切相关，却又容易被忽视的健康问题。从日常习惯、营养饮食、睡眠健康、家居装饰等十二个方面，面面俱到地为您排忧解难。我的健康我做主。从今天开始，改变那些损害健康的行为吧！365天，我们每天为您提醒一个影响健康的小细节，让健康每天与您相伴！

# 《决定健康的365个细节》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)