

《5分钟自我诊断与保健》

图书基本信息

书名：《5分钟自我诊断与保健》

13位ISBN编号：9787538421095

10位ISBN编号：7538421092

出版时间：2003-7-1

出版社：吉林科学技术出版社

作者：孟波

页数：524

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

《5分钟自我诊断与保健》

内容概要

维护自己身体健康远没有想象的那样困难！

由美国家庭医师学会主编的《5分钟自我诊断与保健》，实为不可多得的好书。它告诉你如何从家庭生活的细微入手，来识别人生各个时期常见疾病的早期征象，并初步掌握简单的家庭治疗。

本书以简要的流程图形式讲述了各种常见健康问题的自我诊断与保健方法，同时，对儿童健康，家庭及情感等热点问题作了详细的阐述，最后对家庭可能发生的意外伤害与急救方法作了扼要的介绍，而这些知识正是保护你和家人健康的根基。

读完此书，你会成为“半个家庭医生”，你会信心百倍地把握住自己与家人的健康，你会将此书当成你终生的健康之友，受益无穷！

书籍目录

第一部分 预防

一 发掘你全部的健康潜力

二 人体图谱

第二部分 人体及疾病

一 脑和神经系统

二 耳

三 鼻与鼻窦

.....

第三部分 感染

.....

第四部分 特殊人群

.....

第五部分 儿童健康指导

.....

第六部分 自我保健流程图

.....

第七部分 家庭及情感问题

.....

第八部分 急救及其他

.....

《5分钟自我诊断与保健》

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：www.tushu111.com