

《成功老化：中高齡健康促進病

图书基本信息

书名：《成功老化：中高齡健康促進策略》

13位ISBN编号：978131158434X

出版时间：2015-8-24

作者：徐慧娟,莊淑惠,徐尚為,董和銳,李明明,張淑卿

页数：172

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

《成功老化：中高齡健康促進病

內容概要

本書介紹成功老化的概念，以及如何從觀念和生活型態來做老年準備，並包含健康促進與身體活動、慢性病防治與健康管理、壓力調適、中草藥膳、長期照護與居家照護的介紹，使老年生活更健康、更快樂、更有品質。

《成功老化：中高齡健康促進病

作者簡介

作者為亞洲大學教師群。

《成功老化：中高齡健康促進病

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