

《开心活过100岁》

图书基本信息

书名：《开心活过100岁》

13位ISBN编号：9789628820504

10位ISBN编号：9628820508

出版社：中华书局(香港)

作者：作者：郝妮(美)、李巍、陳武寧 編著

页数：320

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

《开心活过100岁》

内容概要

本書是中美兩國醫學專家聯手為讀者奉獻的教人防病長壽的著作，是當代最新的「自我保健醫學」與中華傳統養生醫學的絕好結合。作者集20餘年行醫和研究經驗，並收集、研究和查證了大量的科學文獻，解釋了人為什麼會生病，怎樣才能預防疾病，如何由被動治病過渡到主動防病。詳細的介紹，以及獨特的「好醫生食譜」、「好醫生療法」都告訴您；長壽的生命大廈，需要優質原料、精心規劃、努力維護，只要您按書中提供的方式生活，您就會開心活過100歲！

《开心活过100岁》

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