

《亚健康主题阅读卡》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2010年03月01日

开本：64开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787509135877

丛书名：名医指路，大众健康馆

内容简介

本书编者从普及预防常见病科普知识出发，从10个方面详细介绍了涉及8大系统7个专科151种常见疾病的病因、发病机制、主要表现、预防及缓解方法，以指导人们科学、正确地认识、预防疾病，教会人们自行判断病情，对自己主动地加强健康管理意识，使自己不得病，少得病，即使得了病，也会自我舒解、控制病情发展，达到康复或延缓发展，从而确保生存质量的目的。同时，还介绍了现代生活带来的新问题，为现代人提出了自我健康管理的新理念，对预防疾病和战胜疾病有诸多指导意义。

目录

- 1 《主动防范常见病》
- 2 《家有好医生：防病治病有问必答》
- 3 《家有好医生：家庭用药有问必答》
- 4 《常见病症家庭简易疗法》
- 5 《健康自测与疾病调养》
- 6 《疾病自测速查》
- 7 《家庭常见病自测自疗》
- 8 《慢性病的自我保健与治疗》
- 9 《疲劳综合征简便自疗》
- 10 《上班族常见病自我诊疗》

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)