

# 《车主不可忽视的保健秘笈》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2010年03月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787111298113

丛书名：非常车主系列丛书

## 编辑推荐

[《驾校中学不到的开车秘笈（双色印刷）》](#)点击进入

[《维修店不告诉的养车秘笈（双色印刷）》](#)点击进入

[《一般人不知道的节油秘笈（双色印刷）》](#)点击进入

[《准车主应知道的买车秘笈（双色印刷）》](#)点击进入

[《开车族不能忘的应急秘笈（双色印刷）》](#)点击进入

## 内容简介

汽车在给我们的出行带来便捷和舒适的同时，也带来了一些危害。本书深入浅出地将驾驶人保健的技巧和方法以简单明了的“10大”形式进行汇编，荟萃车主经验，海纳专家高招，同时配以生动有趣的插图，让你在轻松愉悦的阅读氛围中，快速从心理、生理、病理等方面了解与驾驶相关的危害因素，从而掌握预防、防治的措施和方法，确保身体的健康和行车的安全。

## 目录

### 第一章 保健篇

- 一、驾驶人自我保健10大秘笈
- 二、驾驶人（女性）保健10大秘笈
- 三、驾驶人（男性）保健10大秘笈

- 四、驾驶人春季保健10大秘笈
- 五、驾驶人夏季保健10大秘笈
- 六、驾驶人秋季保健10大秘笈
- 七、驾驶人冬季保健10大秘笈
- 八、驾驶人心理保健10大秘笈
- 九、驾驶人夜晚行车保健10大秘笈
- 十、驾驶人长途行车保健10大秘笈

## 第二章 防治篇

- 一、驾驶人防治职业病10大秘笈
- 二、驾驶人防治“车内杀手”10大秘笈

[显示全部信息](#)

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)