

老年人生活禁忌



[老年人生活禁忌_下载链接1](#)

著者:孟庆轩 编

[老年人生活禁忌_下载链接1](#)

标签

评论

很好，有助老人健康。

使用书，家里背着吧。呵呵

应该很不错的一本书，帮老年人规避一些生活误区

内容好，好好看还能规范平时的不良生活方式，平时自己多注意，生活越来越健康。

封面设计的太消极的感觉，另外整体感觉很灰暗的样子。内容不错。

贵哦热额大学吹哦哦哦坤女

帮老爸买的，看了了解有些须改掉的习惯。

很实用的书籍，价格也很优惠。

挺好的，奶奶经常看，老人家觉得有用

给爷爷买的，老年人保健用，不错。

京东买书没什么好说的，又快又好，老人很喜欢，希望能起到作用

让父母掌握一些日常注意事项，防止无谓伤害。

送给父母的，希望他们永远身体健康

商品很优，买的很值，也很放心。

很实用，挺好看的书。

[ZZ]写的的书都写得很好，[sm]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。[SM]，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到尾看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。中国人讲“虚实相生，天人合一”的思想，“于空寂处见流行，于流行处见空寂”，从而获得对于“道”的体悟，“唯道集虚”。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡“留白”、“布白”，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个“皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨”的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，[NRJJ]希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。很好的书籍很好的学习必备佳品，，，，希望宣传能给力的，能越做也好，下次还会在来的额，京东给了我不一样的生活，这本书籍给了我不一样的享受，体会到了购物的乐趣，让我深受体会啊。希望你能越做越好，成长有你有我大家一起来，很好的宝贝。

很好,不错.很好,不错.很好,不错.很好,不错.

很不错的一本书,看后有收益

内容还没看。包装倒不错。送货也快。很满意

很好很好很好,非常好

物流很给力！书也不错的！顶

里面的内容有参考价值

商品完好无损，信任京东。

很不错，多看看非常有益。

给长辈买的，应该还不错吧

很不错的，自己喜欢，值得

希望父母会喜欢这几本书

很厚的一本，很受启发

非常满意，五星

挺好的东西。

没有看，外表还可以，第一次买书

帮别人代买的，听说很不错！

如果有更多图片那就更好了

一般一般一般一般一般

还可以，

买给老爸的，内容自己大致看了一下，还行吧，但是其实没必要整的那么复杂和详细，实际生活中根本没法按照书里说的做，其实只需要把一些比较重要的写清楚就行了，很细微的东西可以不提。还有，里面的部分内容我不知道是不是正确的，本人学医，不知道出处和想不明白为什么。不过确实还是一本好书，毕竟不可能满足每个人的要求，可以作为参考。

"[SM]和描述的一样，好评！
上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾？于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。

腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本身的赞美。|发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东：2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360buy更换为jd，并同步推出名为“joy”的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入jingdong域名后，网页也自动跳转至jd。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360buy，新切换的域名jd更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为“京东”二字的拼音首字母拼写，jd也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书：《谢谢你离开我》是张小娴在《想念》后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最高端隐秘的心理学课程，一次彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。从国家、宗教信仰的层面透析“思维的真相”。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》涉及心理学、社会学、神经生物学、医学、犯罪学、传播学适用于：读心、攻心、高端谈判、公关危机、企业管理、情感对话……洗脑是所有公司不愿意承认，却是真实存在的公司潜规则。它不仅普遍存在，而且无孔不入。阅读本书，你将获悉：怎样快速说服别人，让人无条件相信你？如何给人完美的第一印象，培养无法抗拒的个人魅力？如何走进他人的大脑，控制他们的思想？怎样引导他人的情绪，并将你的意志灌输给他们？如何构建一种信仰，为别人造梦？[SZ]"

此书针对老人生活习惯，不错，只是印刷页面太花了，看得眼花，感觉一般般吧。

书写得不怎么样啊！老人看了没啥新意。老爸总结：看后百无禁忌！

送老人的，做子女的也可以学习一下，为父母的健康着想。

给老爸买的，他正在看，填补一下他的生活空间

想了解一些知识，一看禁忌好多啊。认为作参考还可以。

值得参考，买了看看可以生活上指导家人的饮食起居

还是可以滴 老人家养生之道

内容还行,不过书开胶了.

白字偏多,怀疑是D版.

感觉很一般，买给老人看

书的内容好像都是从其他地方拼凑来的，没有新意，写的太绝对，叫人不知所措

内容一般 卖后悔了 退货又太麻烦了

040494848848747575775577574747474

读了这本书之后，老年人生活禁忌，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最

缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。中国人讲虚实相生，天人合一的思想，于空寂处见流行，于流行处见空寂，从而获得对于道的体悟，唯道集虚。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡留白、布白，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，老年人生活禁忌共分六章，讲述了老年人在日常生活中应注意的各种禁忌，如运动、饮食、用药等，帮助老年人重新审视生活中的衣食住行，了解养生之道。我曾经属于后一类。那时，我处于极度危险的境地。看薛老师这些话，你能觉得这是一个真实的老师，她说的话就象是邻居唠家常那样真诚自然。对于书中她大胆、直率的言辞，我很钦佩，不是每个人都有这种胆识、思维的。她能把一件看似简单惯常的事情剖析得头头是道，透过表象看到了它的内在根源。她有勇气把一些不同与大家都说的话写在纸上，让别人看，虽然多数人心理或许也如她所想。但凭这一点儿，就让人佩服至极。比如，她对老师象蜡烛、春蚕，没有教不好的学生，只有教不好的老师这些话的评析，一针见血，道出了我们老师的共同心声。之所以造就了她敢说真话，敢于抵制一切不利于学生成长和进步的制度。因为薛老师的人生信念就是缺乏真诚、理性和趣味的日子是不值得过的。教育教学中有了平衡愉悦的心态，正确的定位和良好的策略，才能在饱满热情中，在正确策略中扶植学生向上。薛老师在自序中写道，我是特意捕捉了清风、乐声和野芳，录在这里，专门用于鼓励自己，就算

自己要多读书,特别是要培养孩子多读书,做对社会有用之人,让儿童喜悦读书对于家长们来说，现在的孩子不愿意读书是一件非常头痛的事情。孩子们更喜欢看电视、电影，既有对话又有画面。一些家人认为，孩子们通过这种方式就能获取全部知识，不读书也行。这是非常非常错误的一种认识。读书和电影、电视绝不可互相替代！孩子们的特长是什么？精力饱满，想象力丰富，思维跳跃性强无拘无束。电影、电视的确能够帮助孩子们认识外部世界，但它的局限性也非常明显——它在一定程度上容易扼杀或者限制孩子们最需要激活和成长的想象力，因为，画面中已经给了孩子们一切，不需要去想象了。而想象是孩子培养思考能力的关键前提！电影、电视应该作为孩子汲取知识、开阔视野的一种途径，而非全部。记得小时候，去外地做工的父亲带回了一个收音机。那台收音机为我打开了一个丰富的世界。收音机中播出的故事、评书等，没有电视中的画面，但在听的时候，脑海里会自然浮现出相对应的画面和场景。比如，收听《岳飞传》的时候，甚至连那些激烈地战争场面都能浮现出来。听到的信息，对孩子们的想象、思维等能力是非常有益的。我小学的时候作文就比较好，跟我听书、读书的习惯不无关系。（左岸：我们最丰富的阅读感官除了显性的眼、耳、手……还有隐性的想像，神奇的思维，电视跳跃太快，常常没来得及思考，画面就过去了。）孩子在画画，或者玩的时候，或者睡前，打开音响，播放故事等，让孩子在潜移默化中吸取营养。孩子的想象力会弥补文字和声音的缺陷。等听几次，孩子甚至能够完整地把听到的故事讲下来，连语气都很惟妙惟肖。这种听书的方式，对于孩子语言和逻辑能力的培养和记忆力的培养都是极其有益的。当然，当孩子完美复述听来的故事的时候，一定要给予足够的赞美。赞美不能太虚伪，一定要真诚。读书也一样。书

不一定非常华丽才好，只要有注音，孩子能够慢慢读下来就行了。对于孩子而言，再美的画面也没有他自己想象出来的完美啊！对于孩子们读的书，家长绝不可以抱着无所谓的态度。应该非常重视，至少在孩子觉得你非常重要。你应该在孩子读书以前提前通读一遍，以便与孩子交流心得。这种对话不仅可以开阔孩子的视野，提升孩子的认知能力和心理素质，也可以提高孩子的兴趣，同时，对家长而言也是一种快乐啊。孩子们的一些观点由于不受任何限而常常语出惊人，令人感叹！现在想想，我多么感恩我的父母亲和爷爷奶奶，他们无论多忙，都不会忽略我的问题，尽管他们的知识有限，但他们朴实的思想和平和、善良的为人之道，让我受益终生。（左岸：再次证明言传不如身教

。)千万不要买几本书丢给孩子，给孩子布置任务，要求他在多少天内读完。这种对待成人的方式，除了导致孩子的强烈反感外，没有任何益处。孩子的学习效率完全源于兴趣。家长如果希望孩子读什么书，应该在买书以前，就多次在孩子面前“意外”谈到那本书，当孩子的好奇心被吊起来，剩下的事情你就不用管了。现在的儿童非常可怜，分数老早就扼杀了他们的天性，同时也扼杀了他们的童年、快乐和前途。在孩子面前谈论分数是毁灭孩子的最快方式！永远不要在孩子面谈谈分数。这会严重扭曲孩子的内心，使其承受能力变得越来越脆弱。孩子们都很好强，不谈论分数他们一般也会很努力，他们厌学往往是不堪压力的结果。家长们更应该与孩子一起分享快乐，让孩子在快乐中学习知识。我翻阅了20多本外国专家写的儿童教育方面的著作，无不强调快乐学习的重要性。甚至，他们认为孩子的专职就是快乐，如何玩得开心、快乐，才是教育的根本。这一点国人很难理解。国外初中的教材（比如\\N数学）还没有我们小学五年级的难，但这并不影响他们培养出大量的世界顶级人才，而我们这些善于考试的人才在走向世界的时候是那么的无所适从。应试教育让我们这个民族的思维越来越受局限，越来越僵化，加之“唯物”论到“唯钱唯权”观的主流思想的过渡，在房地产为核心的投机体系的助推下，彻底毁灭\\N了我们这个民族的创造能力和积极向上的精神面貌。孩子们是非常可怜的。智慧的家长不应继续给孩子增加压力，与外力合伙戕害孩子的成长，而应该尽可能地为孩子营造一个相对宽松的成长环境。在这样的环境中，\\N孩子们会慢慢对读书产生兴趣的。另外，行万里路破万卷书，暑假带孩子出去走走，开阔眼界，也是非常有益的。旅游的时候也不要仅仅是照相而已，要注意感受美景，开阔眼界，多与孩子交流心得。美国人JOSHUA曾写过一篇文章让我非

人的一生中之所以能不断提高，与其始终如一的学习是分不开的，所谓活到老学到老，庄子说，吾生也有涯，而知无涯。知识是没有穷尽的，坚持学习让人始终处于不败之地。反之，没有知识的不断补充和积累，人便会落后于时代。歌德说过，谁落后于时代，就将承受那个时代所有的痛苦。特别是在现今知识爆炸的年代里，不能接触新的知识便会被时代所淘汰。

对于我们学习新的知识来面对新的挑战，更是不可忽视的。它能提供我们精神动力和智力支持。正如高尔基所说，没有任何力量比知识更强大，用知识武装起来的人是不可战胜的。一、读书可以让我们站在更高的高度来看问题，从而少犯错误，少走弯路。

牛顿说过他能取得如此巨大的成就，是因为站在巨人的肩膀上看得更远，科学巨人的虚怀若谷自然值得我们学习，我们还可以从中学到更有价值的东西。书籍对于整个人类的关系，好比记忆对于个人的关系。书籍记录了人类的历史，记录了所有的新发现，记载了古今历代所积累的知识和经验。只有认真的学习前人的经验和理论，才能在一个更高的高度上来看问题，不再犯同样的错误，并有一个较高的起点。书本是前人智慧的结晶，是他们的研究成果和经验的体现，通过对他们的学习，发现对自己有用的东西。在前人经验的基础上来不断的完善自己，大大的促进了个人的成长。在很大程度上可以这样说，人类社会的延续和发展，也是这样来实现的。试想，如果每个人都是从头开始，那么，无论多么伟大的人，做出多么大的贡献，人类社会最终还是在原地踏步。由此更可见读书的重要性了。二、读书开阔人的视野

书本中的知识可谓是包罗万象，他能拓宽我们的视野，让我们的知识更全面。从而能够更深刻的思考问题，事物都是广泛联系的，现代的许多实践都证明了各种信息的相关性，如果只知道一个领域的信息，必然会有碍于自身的发展，掌握更多方面的知识，才能使未来的不确定风险降至最低。就像做股票的人都应了解当今的政治经济形势，以便能更好的分析股票走势一样。研究物理学的学者们都要有一定的化学和其他基础，才能有所成就。记得一位诺贝尔获奖者在复旦做讲演时就曾说过，现代科学已没有明显的界限，你必须对相关的科学都有所了解才行。在这方面，伟大的导师恩格斯就是一位广泛学习的典范，他虽然只上过中学，但由于他发奋读书，十九岁时就能用十二种语言说话和写文章，在参加工作实践后，他也没有间断过学习和研究，从而被马克思称为一部真正的百科全书。广博渊深的知识，对恩格斯指导国际共产主义运动和准确的传播科学共产主义理论有很大的帮助。

从它的经历中，我们可以体会到知识的力量，更能体会到书本作为人类掌握知识力量的有力武器的巨大作用。三、读书有助于我们树立正确的人生观
人生来无善亦无恶，关键是正确的引导。在人的成长过程中，有一位良师益友就能起到很积极的作用，书本就是这样的一位。一本好书就如一个好的导师，它能教你如何做人，做一个于己于社会都有用的人。书籍能安慰我们的心灵，使我们摆脱悲哀和痛苦的羁绊；书籍可以使枯燥乏味的岁月化为令人愉快的时光。书必将各种信念注入我们的脑海，使我们充满崇高的欢乐和思想，从而使我们入神忘情，灵魂升华。[BJTJ]，[NRJJ]，[ZZ]写的书确实值得一读。京东的快递也很给力。

简单看了一下，实用，很好

买给老人的，希望他们健康长寿

文中讲了很多关于老年人在平常生活中的禁忌和注意事项。

给一辈子正直善良宽容的父亲的枕边书：)

书是不错的书，非常适合老年人。

详细，送给老人的，希望有帮助

老年人的养身用书，买给父母看

内容丰富，通俗易懂，比较实用

暂时还没看，已经送人了

这本书是给我父母买的，我也看了一点，里面要注意的东西太多了。没事的时候看点，还有有作用的。

管开增票的客户服务态度超级无敌差差，擦-----

大促的时候帮老妈买的，送给附近中老年的亲戚朋友

这本书买来主要是给老爷子看的，让他改掉他那些对健康有害的坏习惯，但愿他能够改正一些。人到老年就是享受生活的时候了，但更应该保护好自己。不错，不错的！

看到评价不错，就买了这本书，希望对家里人的健康有所帮助。

书不错，是正版，女朋友很喜欢

家人很喜欢，很实用！

买给爹妈看看买给爹妈看看买给爹妈看看

买给爸妈滴书，希望他俩健康长寿

希望通过书籍，让家里的老人避免不正确的生活方式。

希望有用。。。希望有用

书中主要说的是老年人在平时的生活习惯上要有一个好的规律和不适合去做的事情。适合老年人阅读。

东西很好哦

很好，很有用，很有价值。

好东西！送给老人不错的选择

价格实惠，内容实用。特别适合老年人注意事项，减少生活中误区。

内容详实，值得阅读，推荐购买

这本书看过之后感到非常不错

随便看看，当瞎白话，都是东抄西凑

好书啊 不错的东西

给老人买的，比较浅显易读。

内容简单明了，先学习学习

还行，很便宜，物有所值

看了就行，省得没事情做呢

给妈妈买的，不错，速度快

一直想买本书给老爸看看，对于养生的观念一直想推崇，希望老爸能根据书本内容加以运用到生活当中，能起到很大的作用。

买给父母的，看简介应该不错，希望有用！

很好的书送给婆婆的书，她很喜欢。

送给爸妈，比较实用价格便宜

内容还是比较好的，是给我爸看的，我自己看了觉得还是值得推荐的

刚收到，还没看，应该不错

书里面说了一些老年人应该注意的事情,虽然很多大家都知道,但是容易被忽视掉

送给长辈的，他们最喜欢看这类型的书了。

因为缺货，等了好几天。给婆婆买的

给父母和子女看的书，帮你了解生活中的各种问题。

十分实在，质量很好，印刷不错，内容也可以，便宜而且也快

不看不知道，一看高兴得跳

老年人要注意健康问题,看看挺好的,帮同事买的书

呵呵呵呵呵 很好 GOOOD

内容不好说，因为没细读

为母亲储备的 她喜欢就好

不错的吗、他们正需要的

书的内容很全面，有理有据

很好啊，谢谢啊！很好啊，谢谢啊！

老年人很适合的书，内容简单 便于操作

给父母买的，看着不错，需要细心看

送给爸妈的 他们很喜欢

书中介绍一些老人的生活注意事项，个人觉得好不错。

给老年人买的，还不错，实用。

送老年人的礼物，很实在也很实用，确实概括了老年人的一些通病，老年人要多多注意。值得推荐！

对老年人很有益，多看看

这本书非常好看，很适合我。

希望父母能身体健康。

很有用的书籍，值得购买

给妈妈买的书，妈妈很爱看。睡前经常翻看一些。讲的内容比较基础。

挺好挺好 估计会喜欢 呵呵

书写的不错。给爷爷买的

很好很好很好很好很好很好

老爸老妈时常看看，还是蛮有用的。

京东的东西没的说，一直不错

介绍的挺详细的，老爸老妈一直看着呢

物有所值 送货快 服务好

好书 满200减100时买的 超实惠

还挺不错的 买来参考一下 有一定的参考价值 呵呵

省事省钱又有效的身边书！

买本书，念给他们听，健康长寿是我对他们的最大心愿

通俗，很实用，内容丰富，适合阅读，便宜有用。

价格实惠，还没来得及看呢

老年人生活禁忌一书对老年人很有帮助。

给妈妈买的 她非常开心 一收到就开始看了 直说：真好~~

这本书挺好的，很实用

书还好，就是物流超慢

爸妈没事的时候看看，增添常识

书是正版，内容丰富，适合阅读，便宜有用

非常有用的讲解和内容

该书可作为中老年人日常医疗保健的工具书，有空经常翻翻，增长知识。京东的价格也非常优惠。

里面介绍了很多细节，看完大吃一惊啊，家里有老年人的都可以买来看看，真的挺实用的。

先学学啊，给父母买的

京东买书方便，给妈妈买了，还没看。

随便看看备用的书，仍在家里了。

帮别人买的应该不错，没事看看

很好得购物体验很好得购物体验

给爸妈买的，同事介绍的，听说不错

很好的一本书，质量很好！！！！

物美价廉 不用再去书店买了

老年人生活禁忌 老年人生活禁忌 好

内容翔实，给老人买的，老人说好

还不错，比较实用，价格适中

京东服务质量一流，质量可以

正版书籍 纸张很好 谢谢京东

此书适合老年人读，内容翔实，相当满意

具有较强知识性，实用性

[老年人生活禁忌_下载链接1](#)

书评

[老年人生活禁忌_下载链接1](#)