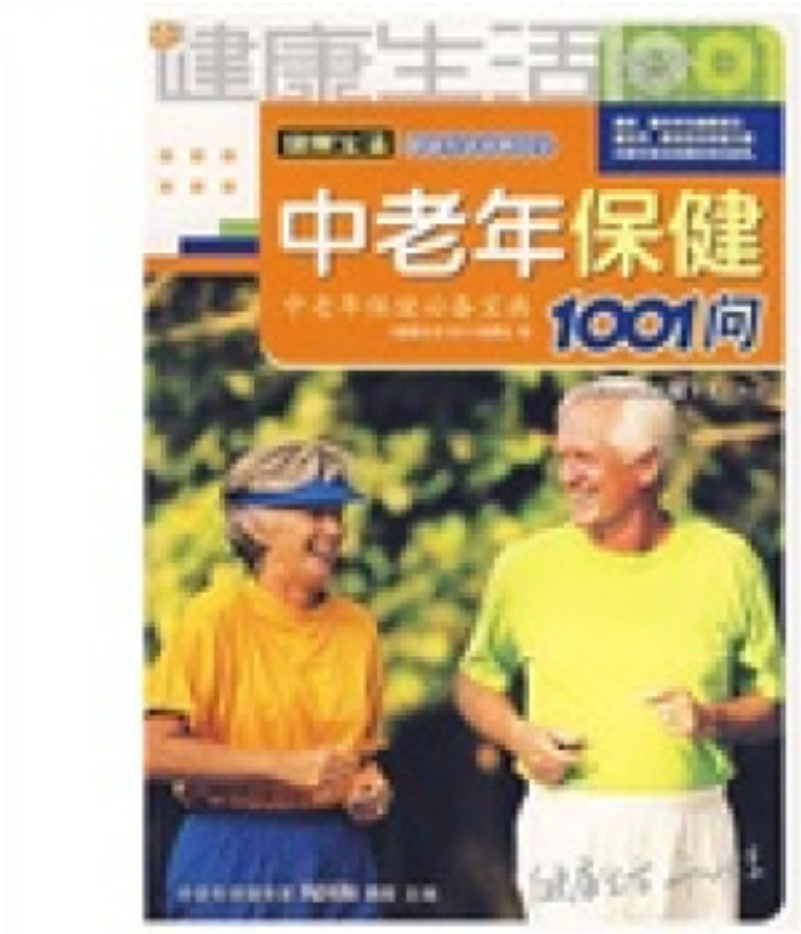


中老年保健1001问



[中老年保健1001问_下载链接1](#)

著者:《健康生活1001》编委会 编

[中老年保健1001问_下载链接1](#)

标签

评论

书的边边有点发黄了

值得拥有！！！！ 非常喜欢！！！！

书有点旧了，不过是正版

父亲讲很满意，他会慢慢的看。

好评

很好很好很好很好！ 很好很好很好很好！ 很好很好很好很好！ 很好很好很好很好！

长度在5-200个字之间
填写您对此商品的使用心得，例如该商品或某功能为您带来的帮助，或使用过程中遇到的问题等。最多可输入200字

还没开始阅读想静心体会阅读是一种修行痞痞的文字深刻的当下很爱很爱简单翻看几篇之后貌似符合我的口味让人寻味思考感受醉在字里行间文字里面透着智者的思考爱不释手的书籍总是能够让人心情愉悦正确的理解很重要再就是扩展的想象书的包装蛮不错的文字很犀利讲出了大多数中国人的真实心声直面现实为事实发声很不错希望能听到大众的声音为大众的利益挣臂高呼的写作者越来越多这样中国的未来才会越来越好听她说还不错教会我们成励志中老年保健1001问，看后感触很深意犹未尽书的内容直得一读，经典是能经历时间考验的是能引人入胜的生活保健以积极的视角诠释中老年的生活方式与健康变化，并提供行之有效的方法解决最常见的健康问题。营养保健何种饮食原则才能预防和减少疾病，如何让食物起到防病治病的作用这些都是与中老年营养保健息息相关的因素。心理保健中老年这一特殊的年龄阶段，有着特殊的心理问题。本书精选心理保健知识，有助于促进中老年的心理健康，为生理健康奠定坚实的基础。常见病防治随着岁月流逝，中老年人的身体机能也在渐渐衰退，疾病便会乘虚而入。只有加强对常见病的防治，才能拥有一个健康快乐的晚年。用药须知如何正确用药和怎样应对常用药物带来的不良反应中老年用药须知会给您最详实的解答。本书针对中老年保健中应该注意的事项罗列了1001个问答，从积极角度向读者介绍和解释了中老年健康的生活方式，并提供了一系列行之有效的方法来解决常见的健康问题。随着我们日渐衰老，身体机制和我们自身都有了不同以往的需求。通过与身体一道并肩作战，我们会拥有一个健康的晚年，会成为晚年生活的主人！，内容也很丰富不错还可以买来送人的，经典是能经历时间考验的是能引人入胜的快递送货也很快还送货上楼非常好中老年保健1001问，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。，在当代中国什么样的文字能够称得上是最好的文字这当然会众说纷云因为中国有这么大的作家每年出的书也是成千上万再加上每天的报刊也在制造着无数的文字所以很难评出那个最再加上又没有具体标准当然也无法推出标准因为每个人的心中有每个人衡量的标准我读着这些鲜活的文字我忽然想起了当代语文教材不由得感到了悲哀今天的学生所接受的是停留在过去那个年代的观念很多是失去了现实意义的东西无法给今天的人带来思想的启迪和引导更不能培养出独立精神独立意识的人来按理说语文教育是最能与时代相融和的课程因为这涉及到如何培养与时俱进的人的问题现在的状况是让死的语文教活的人于是人的思想不但和社会脱节而且也容易造成学生的厌读反叛的心理因为这不是他们所需要的这些文字能在人们心中播撒理性与真挚的种子一旦到了发芽

希望咱们这些做晚辈的不要忘记关怀长辈。

帮同事买的，送货超快的，同事说服务很好！！

[中老年保健1001问_下载链接1](#)

书评

[中老年保健1001问_下载链接1](#)