

電子閱讀：增強健康小貼士

e-Reading : Tips on Boosting Your Health

方玉輝、趙長成、劉庭亮主編。《[聯手抗疫防流感](#)》。香港：萬里機構，2018。SUEP 電子書。

布萊利.尼爾森 (Bradley Nelson) 著；陳威廷、愛那譯。《[情緒密碼：釋放受困情緒的奇效療法](#)》。臺北市：方智出版社，2017。HyRead 電子書。

米蘭達.艾斯蒙懷特 (Miranda Esmonde-White) 著；陳萱芳譯。《[零疫痛益身操：結合芭蕾、太極、針灸原理，10套伸展動作讓你紓壓、骨正、筋膜鬆](#)》。臺北市：遠見天下文化，2017。HyRead 電子書。

伯蒂爾.馬克倫德 (Bertil Marklund) 著；郭騰堅譯。《[剛好就能多活10年：瑞典醫生傳授的北歐養生指南](#)》。臺北市，新北市：網路與書，2017。HyRead 電子書。

吳耀芬。《[Superfood 食癒力](#)》。香港：天窗出版社，2017。SUEP 電子書。

麥可.布勞斯 (Michael Breus) 作；謝忍翹譯。《[生理時鐘決定一切！：找到你的作息型態，健康、工作、人際，所有難題迎刃而解](#)》。臺北市：圓神出版社，2017。HyRead 電子書。

楊力。《[醫廚：在廚房裡遇到李時珍](#)》。臺北市：大都會文化，2017。HyRead 電子書。

楊道文編著。《[圖解經絡穴位小百科：經絡很簡單治病很實用，看這本就夠了](#)》。臺北市：華志文化，2017。HyRead 電子書。

漆浩。《[10分鐘足浴養生：快速祛除人體的各種疾病](#)》。新北市：華志文化，2015。HyRead 電子書。

緹琪 (陳雅婷)。《[瑞士慢養生活：快樂瑞士人的身體保健、心理健康與飲食日常](#)》。新北市：木馬文化，2017。HyRead 電子書。

蔣家驥編著。《[讓衰老變慢，中老人也可以吃得很長壽：延緩衰老，先要吃對，後要吃好](#)》。臺北市：德威國際文化，2018。HyRead 電子書。

賴榮年。《[中西醫併治遠離身心症：經絡與自律神經的協奏共舞](#)》。臺北市：大塊文化，2016。HyRead 電子書。

羅大倫、寶金劍、于春華編繪。《[圖解中醫，養生篇](#)》。香港：香港中和，2018。SUEP 電子書。

T.柯林.坎貝爾 (T. Colin Campbell)、湯馬斯.M.坎貝爾二世 (Thomas M. Campbell II) 著；呂奕欣、倪婉君、張家瑞譯。《[救命飲食：21 世紀最重要的預防醫學聖經](#)》。臺北市：柿子文化，2018。HyRead 電子書。

Beer, Cris. [Healthy Habits : 52 Ways to Better Health](#). Chicago : Rockpool Publishing, 2015. eBooks on EBSCOhost.

Blumenthal, Brett. [52 Small Changes for the Mind : Improve Memory, Minimize Stress, Increase Productivity, Boost Happiness](#). San Francisco : Chronicle Books LLC, 2015. OverDrive eBooks.

Comerford, Hope. [Fix-It and Forget-It Healthy Slow Cooker Cookbook](#). New York : Good Books, 2019. OverDrive eBooks.

Kraft, Diane and DerMarderosian, Ara. [The A to Z Guide to Food as Medicine](#). Boca Raton, FL : CRC Press, 2016. eBooks on EBSCOhost.

Lipman, Frank, M. D. [How to Be Well : The 6 Keys to a Happy and Healthy Life](#). New York : HMH Books, 2018. OverDrive eBooks.

Loomis, Joshua S. [Epidemics: The Impact of Germs and Their Power Over Humanity](#). Santa Barbara, California : Praeger, 2018. eBooks on EBSCOhost.

Marsiglio, William. [Dads, Kids, and Fitness : A Father's Guide to Family Health](#). New Brunswick, New Jersey : Rutgers University Press, 2016. eBooks on EBSCOhost.

Smith, William and Rumberger, John A. [7 Days to Live Forever : The Fountain of Health Plan for Reversing the Clock](#). [Hobart, NY] : Hatherleigh Press, 2016. eBooks on EBSCOhost.

Tetro, Jason. [The Germ Files : The Surprising Ways Microbes Can Improve Your Health and Life \(and How to Protect Yourself from the Bad Ones\)](#). Toronto, Ontario : Doubleday Canada, 2016. eBooks on EBSCOhost.

Watkins, Laurie A. [Go from Stressed to Strong : Health and Fitness Advice from High Achievers](#). New York : Skyhorse, 2019. OverDrive eBooks.