

<<工作、健康，一个不能少>>

图书基本信息

书名：<<工作、健康，一个不能少>>

13位ISBN编号：9787121028977

10位ISBN编号：7121028972

出版时间：2006-8

出版时间：电子工业

作者：金昭亨

译者：金英

版权说明：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：<http://www.tushu007.com>

<<工作、健康，一个不能少>>

内容概要

整日忙碌的上班族，事业、收入大有起色，健康却频频亮起了红灯。韩国著名的中医保健医师金昭亨从健康警报、困扰人们的常见疾病、上班族的中医保健三个方面，针对在巨大工作压力下无暇锻炼的上班族中多见的心血管疾病、胃病、肠道疾病，以及失眠、头痛、慢性疲劳等亚健康或不适应症状，提出保健养生的理念和简单易行的治疗方法，让上班族从日常生活做起，关注自身的健康，从而摆脱病痛困扰，在事业上获得更大的成功。

版权说明

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:<http://www.tushu007.com>