

<<办公室拉伸>>

图书基本信息

书名：<<办公室拉伸>>

13位ISBN编号：9787538452471

10位ISBN编号：7538452478

出版时间：2011-6

出版时间：吉林科技

作者：董安立

页数：190

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>

<<办公室拉伸>>

内容概要

董安立博士主编的这本《办公室拉伸》是专门为办公室工作人员编写的。它用图文并茂的方式，介绍了34种职场常见疾病的危险信号、导致因素、相关知识、预防措施及其办公室简单运动疗养方法。这些疾病包括：肩周炎、颈椎病、痔疮、鼠标手、坐骨神经通及腰椎疾病等。

<<办公室拉伸>>

书籍目录

肩周炎
失眠
颈椎病
胸膜炎
乳房肿块
坐骨神经通及腰椎疾病
痔疮
月经不调
视疲劳
结膜炎
手指关节炎
气管炎
咽炎
肥胖
头痛
胃炎
胃及十二指肠溃疡
慢性阑尾炎
胰腺炎
消化不良
营养不良
高脂血症
高血压
糖尿病
胆囊炎
子宫肌瘤
前列腺炎
尿路感染
膀胱炎
脱发
不孕不育
烦躁, 抑郁
鼠标手
厌食

<<办公室拉伸>>

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>