

<<健商HQ>>

图书基本信息

书名：<<健商HQ>>

13位ISBN编号：9787801465153

10位ISBN编号：7801465156

出版时间：2002-01

出版时间：中国社会出版社

作者：（加）谢华真

页数：349

字数：250000

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>

## <<健商HQ>>

### 内容概要

本书的目的是教你一个自行评估健商的简便方法，以及提高健商的知识 and 措施。

你首先要确立自己的健康指数，然后决定一个合适的方案，最后订出能显著地改善生活和健康的实施计划。

一旦你了解自己的健商，知道怎样利用它，你就掌握了健康长寿的秘诀；更重要的是，不管岁数多大，身体状况如何，生命质量都将大大提高。

## 作者简介

谢华真：教授（DR.WAH JUN TZE 1934.7.1——2001.12.12），加拿大籍华，医学博士，毕业于哈佛大学医学院研究生院，加拿大卑诗大学医学院终身教授，世界知名的儿科专家，国际儿科学会顾问。谢华真教授在医学科学方面的成就涉及诸多领域，其贡献得到了广泛的认同。

??

书籍目录

中文版 序 英文版 序 引言 健商第一篇 健商指数与健康 第一章 健商指数 第二篇 健商与增进身心健康 第二章 遗传禀赋与生存环境 第三章 健康的精神意识 第四章 生活方式与健康 第五章 健商与生命之旅 第三篇 健商与未来保健 第六章 主流医学 第七章 身心医学 第八章 非主流医学 第九章 控制疾病的健商之路 第四篇 有了健商意识, 下一步干什么 第十章 保持身心健康的健商行动 结束语: 健商文化 第五篇 结束语: 健商文化 附录 鸣谢

<<健商HQ>>

编辑推荐

《健商HQ(健康高于财富)》献给我慈爱的父母、我恩爱的妻子姜萍教授、我们健康的孩子小萍和民华，及孙女孙子萍萍和龙龙。  
欢迎来到健商世界。  
它反映你的健康才智，是评估个人健康的全新方法。

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>