

<<女性白领健康管理手册>>

图书基本信息

书名：<<女性白领健康管理手册>>

13位ISBN编号：9787806536124

10位ISBN编号：7806536124

出版时间：2005-1

出版时间：广东旅游出版社

作者：阎衡秋

页数：247

字数：340000

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>

<<女性白领健康管理手册>>

内容概要

现今，我们国家在快速发展，现代男性白领是社会的精英，也是国家的财富。男性白领在为国家作出贡献的同时，也承载着超负荷的工作压力，使他们身体劳累，精神紧张，并且由于健康知识普遍贫乏，健康意识低下，导致他们的健康状况令人担忧，悲剧屡屡发生。

说到这里，大家或许明白我为什么要编写这本男性白领健康管理的医学科普书。我的想法得到了一批医学博士的赞同，他们认为这项工作非常有价值：男性白领是我们社会的精英，我们为什么不能为他们的健康做点什么呢？

“行胜于言”，正是因为这些医学博士的辛劳工作，才有了这本书的诞生。

<<女性白领健康管理手册>>

作者简介

阎衡秋，1971年生，湖南人，北京大学临床肿瘤学博士。

曾任湖南衡阳市中心医院、北京大学北大医字、北京肿瘤园地主编；2003年3月至今创建中外联合健康管理中心，率先在国内从事专业健康管理工作的。

有丰富的临床医疗经验，亲自诊疗过上万名各种疾病患者，具有专家素养和知识。

因

<<女性白领健康管理手册>>

书籍目录

第一篇：新理念和健康 男性白领健康状况 树立健康新理念第二篇：亚健康 关于亚健康 慢性疲劳综合征 白领综合征第三篇：什么侵蚀你的健康 吸烟 过量饮酒 饮食失调 不洁饮食 电磁辐射 噪声污染 办公室综合征 鼾症 口腔问题 便秘 熬夜工作 长期超负荷工作 失眠 神经衰弱 心理疾病第四篇：健康杀手 糖尿病 肺癌 高尿酸血症与痛风 中风 冠心病 胃肠道肿瘤第五篇：男性白领的性与生殖健康 男性白领的四大困扰 性功能障碍 男性不育症 前列腺炎 性病第六篇：健康管理 健康红绿灯——养成健康体检的良好习惯 请个私人医生 认真对待医疗保险 男性白领健康管理方案附件 附件1 亚健康状态自测 附件2 给自己的体质打分 附件3 测测您是否进入老年 附件4 疲劳生活测试

<<女性白领健康管理手册>>

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>