

<<白领阶层的现代文明病>>

图书基本信息

书名：<<白领阶层的现代文明病>>

13位ISBN编号：9787806622209

10位ISBN编号：7806622209

出版时间：2003-1

出版时间：贵州科技出版社

作者：吴小和等编

页数：261

字数：171000

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>

<<白领阶层的现代文明病>>

内容概要

白领阶层的保健包括了各种职业病的治疗、预防；生活方式、心理状况的调节；工作中的保健、日常生活的运动及常见病防治等诸多方面的内容。

白领一族的保健特点在于，他们的健康不仅决定于遗传、营养、生活方式，也决定于工作的环境、性质、心理状况。

白领一族的保健不仅仅是针对工作环境中有毒物的污染，而且包括了因紧张、劳累等导致的心理、躯动各方面疾病的防治，以及日常生活中的健康知识 with 保健技能。

所以，白领一族的保健有其鲜明的特点和独立的范围。

白领一族的保健包括了除了小儿科之外的各个医学领域，但又因职业的特点决定了他们有固定（或相对固定）的工作时间、场所、性质，因而与非职业人群的保健是有明显区别的。

<<白领阶层的现代文明病>>

书籍目录

- 一、办公室病面面观 1.为什么近半数白领属于亚健康 2.为什么高科技办公室会引发大量职业病 3.为什么久坐办公室会百病丛生 4.白领需要警惕哪些健康问题 5.职业女性为什么易患办公室病 6.白领为何小毛小病不断 7.白领为什么易患脂肪肝 8.白领为什么要防痛风 9.白领为什么要防心理疾患 10.什么是办公室病 11.什么是白领综合征 12.什么是办公楼综合征 13.什么是伏案综合征 14.什么是慢性疲劳综合征 15.什么是颈肩腕综合征 16.电脑对白领健康有何影响 17.什么是打印机综合征 18.什么是复印机综合征 19.什么是时间综合征 20.什么是视屏终端综合征 21.什么是书写痉挛综合征 22.什么是信息焦虑综合征 23.什么是信息污染综合征 24.什么是高科技综合征 25.什么是久坐综合征 26.什么是立体盲综合征 27.什么是快乐综合征 28.什么是空调病 29.什么是反激反应综合征 30.什么是焦虑紧张综合征 31.什么焦虑综合征 32.什么是恐怖综合征 33.什么是神经衰弱 34.什么是疼痛-抑郁综合征 35.什么是抑郁综合征 36.白领久坐为何会造成背部损伤 37.白领为何容易发生溃疡病 38.白领妈妈为什么要当心生出侏儒儿 39.白领男性为什么会面临着发胖的危机 40.白领女性为什么易患乳腺癌 41.白领为何易患眼部疾病 42.办公隐形眼镜族易患哪些眼疾 43.常上夜班对白领的身体健康有何影响 44.白领为什么易头痛
- 二、办公室病的防治三、白领的健身方法四、白领的心理保健五、白领文明病防治

<<白领阶层的现代文明病>>

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>