

白领健康忠告



[白领健康忠告_下载链接1](#)

著者:李广智 编

出版者:

出版时间:2005-1

装帧:

isbn:9787540654870

《白领健康忠告》针对白领阶层的社会生活节奏快、心理压力大、人际关系的复杂、生活不规律、缺乏运动等等亚健康状态，深入浅出地阐述了白领阶层的保健方法，包括各种职业病的预防；生活方式、心理状况的调节；日常生活的运动及常见病防治等内容。

作者介绍:

目录:

[白领健康忠告_下载链接1](#)

标签

评论

[白领健康忠告_下载链接1](#)

书评

[白领健康忠告_下载链接1](#)