

# 憂鬱症的預防與治療



[憂鬱症的預防與治療\\_下载链接1](#)

著者:稅所弘/ 陳秀甘譯

出版者:暖流

出版时间:20040501

装帧:

isbn:9789577063496

由於生活步調緊湊，許多人面對接踵而來的壓力，往往不自覺自己已有憂鬱症的傾向，甚至已患有憂鬱症。經常感覺悶悶不樂、對許多事情容易感到沮喪，或是對週遭事物的關心越來越少，體重減輕、性慾降低……等，如果以上情形你都有，請注意！你可能已經患憂鬱症了。

根據調查顯示，越是聰明、具有強烈責任感、不服輸的人，對於憂鬱症的免疫力也越低，不要輕忽憂鬱症對生活的影響，本書經由醫學、運動等各個角度介紹憂鬱症，以及早預防並即時治療。

作者簡介

稅所弘，一九五一年出生於長崎，在東京成長，曾求學於聖瑪利安那大學，畢業於早稻田針灸專科學校，因此對於中西醫學均有所研究。著作有：「自律神經失調必療法」、「你一定能擺脫憂慮症」。

作者介绍:

目录:

[憂鬱症的預防與治療 下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[憂鬱症的預防與治療 下载链接1](#)

书评

-----  
[憂鬱症的預防與治療 下载链接1](#)