

健康自己负责



[健康自己负责_下载链接1](#)

著者:[美]爱德华克里埃根

出版者:电子工业

出版时间:2006-4

装帧:

isbn:9787121022944

掌握日常保健的小常识；牢记八条简单健康秘诀，让自己健康长寿；了解各种诊断措施，学会从容应对坏消息；不要轻信宣传，懂得甄别网络、电视和报纸上的医学信息；巧

妙结合主流和非主流治疗方式，扬长避短；采用科学合理的生活方式。有效地改善你的健康状况。

美国著名医学博士、梅奥诊所资深癌症专家爱德华·克里埃根，集30多年的丰富实践经验和专业知识，向你奉献自助式的保持健康的最佳方案。

本书告诉你一生保健的秘诀，教你从容应对各种诊断，帮助你从此远离病魔，如果你想为自己的健康负责，想一生健康、长寿，那么你一定要将本书的秘诀了然于心。

全书涉及人们如何保持健康，如何预防疾病，得了疾病(尤其是癌症)如何正确对待，如何康复、防老等诸多方面。由于作者是从病人自身的角度、深入浅出地切入各个话题，因此使读者备感亲切。如第10章谈的是得了病该怎么办。其中谈及了解病情、自己做主、了解各种治疗方案、耐心选择最佳方案等九个议题，不但对病者受益匪浅，而且对医师也甚有帮助。作者以自己的亲身体会，阐述医患之间的关系，相信对广大医务工作者也会有所启迪。

作者介绍:

目录:

[健康自己负责 下载链接1](#)

标签

健康

评论

[健康自己负责 下载链接1](#)

书评

[健康自己负责 下载链接1](#)