

# 健康防病靠自己



[健康防病靠自己\\_下载链接1\\_](#)

著者:王国荣、吕悦英、王建干

出版者:广东科技出版社

出版时间:2006-3

装帧:

isbn:9787535940476

本书着重从驾驶人的心理卫生与健康、劳动卫生与健康、工作可靠性及人体损伤的自救互救技巧等方面，对驾驶人自我保健和养生提出特别忠告，对相关疾病的预防措施和膳食治疗，以及慎用药物进行了特别的提醒，对交通事故的自救互救要领进行了介绍。

本书文字通俗易懂、内容实用性强，相信能够帮助广大驾车族和机动车驾驶人管理部门掌握驾驶人的身心健康，提醒驾驶人做好自我保健，确保行车安全。

作者介绍:

目录:

[健康防病靠自己\\_下载链接1\\_](#)

标签

评论

-----  
[健康防病靠自己\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[健康防病靠自己\\_下载链接1\\_](#)