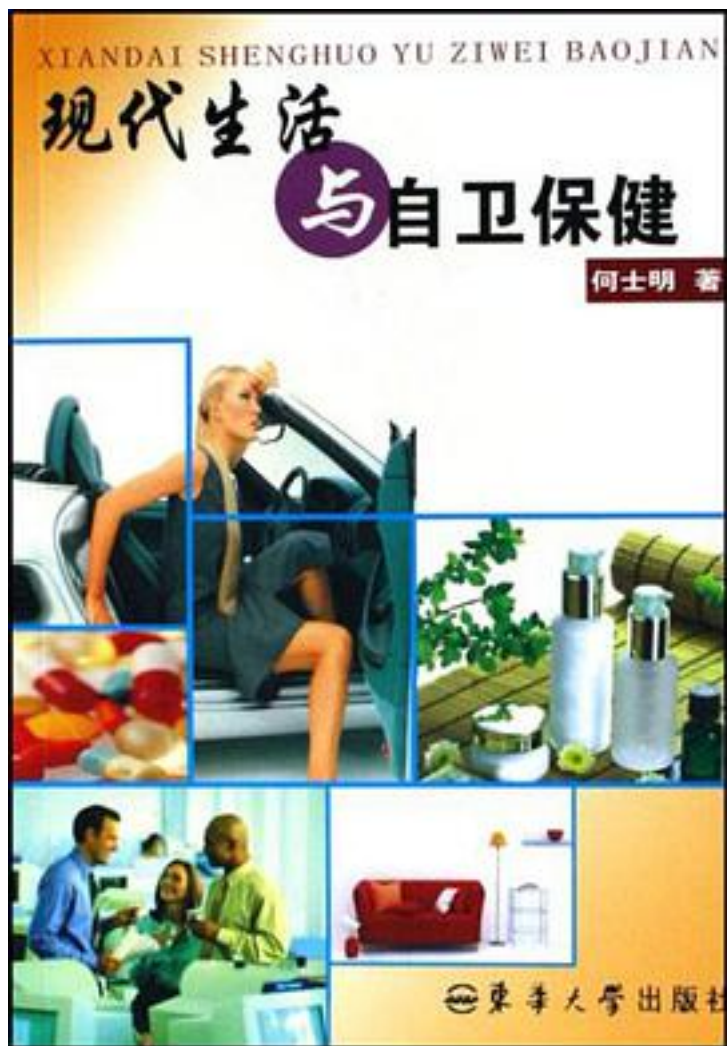


现代生活与自卫保健



[现代生活与自卫保健_下载链接1](#)

著者:何士明

出版者:东华大学出版社

出版时间:2006-6

装帧:简装本

isbn:9787811110692

本书为漫笔散文集，作者多角度、多层次并侧重在白领群体、知识阶层方面，剖析了现代生活所带来的对健康的种种不利因素，同时分别提出了应对策略及预防措施，以求达到在不利因素面前进行自卫保健的目的。全书叙述明白晓畅，引用材料权威翔实，并不乏抒情与议论，文章格调朴实优美。

现代社会孕育现代生活，现代生活又孕育诸多对健康不利因素，白领群体、知识阶层由于自身特点，在现代生活中所面临的健康不利因素更多、更严重。

作者多角度、多层次并侧重在白领群体、知识阶层方面，剖析了现代生活所带来的对健康的种种不利因素，同时分别提出了应对策略及预防措施，以求达到在不利因素面前进行自卫保健的目的。

作者介绍:

目录:

[现代生活与自卫保健_下载链接1](#)

标签

评论

[现代生活与自卫保健_下载链接1](#)

书评

[现代生活与自卫保健_下载链接1](#)