

# 把健康留给自己



[把健康留给自己\\_下载链接1](#)

著者:王涵

出版者:

出版时间:2008-3

装帧:

isbn:9781202224524

《把健康留给自己》主要内容：1946年，世界卫生组织（WHO）对健康做出了这样的定义

：“所谓健康，不是单纯地指身体无病或不衰弱，而是不可分割地把肉体的、精神的和  
社会的各方面都包含在内。亦即是指一个完整的状态。”后来，为了进一步完善健康的  
概念，世界卫生组织又指出：“健康应是在精神上、身体上以及社会上保持健全的状态  
。”

健康的生活方式是健康生活的根本和全部，从以上关于健康概念可以看出，更想健康地  
生活，必须使健康渗透到生活中的各个方面。随着社会的不断发展和新事物的导出无穷  
，健康的涵盖面也越来越广泛。

作者介绍:

目录:

[把健康留给自己\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[把健康留给自己\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[把健康留给自己\\_下载链接1](#)