

员工健康书



[员工健康书\\_下载链接1](#)

著者:赵一

出版者:

出版时间:2009-1

装帧:

isbn:9787507829488

《员工健康书》主要内容：拥有健康的身体创造优秀的业绩，提起企业员工，尤其是白领一族，很多人都会将他们与自由、潇洒、独立、自信联系在一起，殊不知，看似光鲜亮丽的上班族生涯，其实潜藏着许多我们想象不到的健康问题：熬夜、加班、陪客户吃饭，还不到30岁，已经有了将军肚；开始脱发早秃；常忘记熟人的名字；做事经常后悔；易怒、烦躁、悲观；睡觉时间越来越短，白天也昏昏欲睡；经常头疼、耳鸣、目眩；患颈椎病、腰椎间盘突出、神经衰弱……

作者介绍:

目录:

[员工健康书\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[员工健康书\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[员工健康书\\_下载链接1](#)