

# 别让不健康的生活方式害了你



[别让不健康的生活方式害了你\\_下载链接1\\_](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-2

装帧:

isbn:9787543644908

《别让不健康的生活方式害了你》就是紧扣时代发展的步伐，以简练的文字，通俗易懂地介绍了现代社会中新出现的儿童现代病、女性现代病、老年现代病、现代富贵病、现代都市病、现代高科技病、现代娱乐休闲病、现代竞争病、现代交通旅游病、现代穿戴病等，并介绍了这些病症的症状与危害，仔细分析了病因，最后还给出了预防或防治的可行的方法和建议。

现代社会，科学技术日益先进，交通通讯日渐发达，工作和劳动的电子化、自动化程度日益提高。人们在工作日益紧张、竞争日益激烈的同时，也不可否认地越来越富裕、越来越舒适了，生活水平和生活习惯在不断地发生变化。但是，由此也给人们带来了一些影响身心健康的新的疾病，我们姑且称这些随着时代发展而出现的疾病为“现代病”。

总之，我们希望人们在享受新时代、新科技、新生活的时候，能够提高警惕。预防新疾病的发生，以进一步提高自己的生活质量和健康水平。

作者介绍:

目录:

[别让不健康的生活方式害了你\\_下载链接1](#)

标签

评论

通篇废话+堆砌就是此类浪费时间的杂物的真实写照

-----  
[别让不健康的生活方式害了你\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[别让不健康的生活方式害了你\\_下载链接1](#)