

别让疼痛困扰你



[别让疼痛困扰你 下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-10

装帧:

isbn:9787122063502

《别让疼痛困扰你:80妙招远离疼痛》内容简介：头痛、颈肩痛、腰背痛、腿酸腿痛、

关节疼痛……太多的小病痛折磨着上班族，尤其是整天忙碌的白领、商务人士，各种疼痛更是扑面而来，以至于心情烦躁、忧郁，难以适应快节奏的工作和生活。生存之难，身体居危？要生存，要富裕？还是要健康，要长寿？没有金钱垫底的身体显得疲乏无力，没有健康做伴的人生显得多灾多难。借口是——太忙，这个魔咒吞噬了许多人健康的灵魂。那么，有没有一种方法让人既要奔小康又要健健康康，事实上——有，一个小动作足以让病痛消失得无影无踪。

作者介绍:

目录:

[别让疼痛困扰你_下载链接1_](#)

标签

评论

[别让疼痛困扰你_下载链接1_](#)

书评

[别让疼痛困扰你_下载链接1_](#)