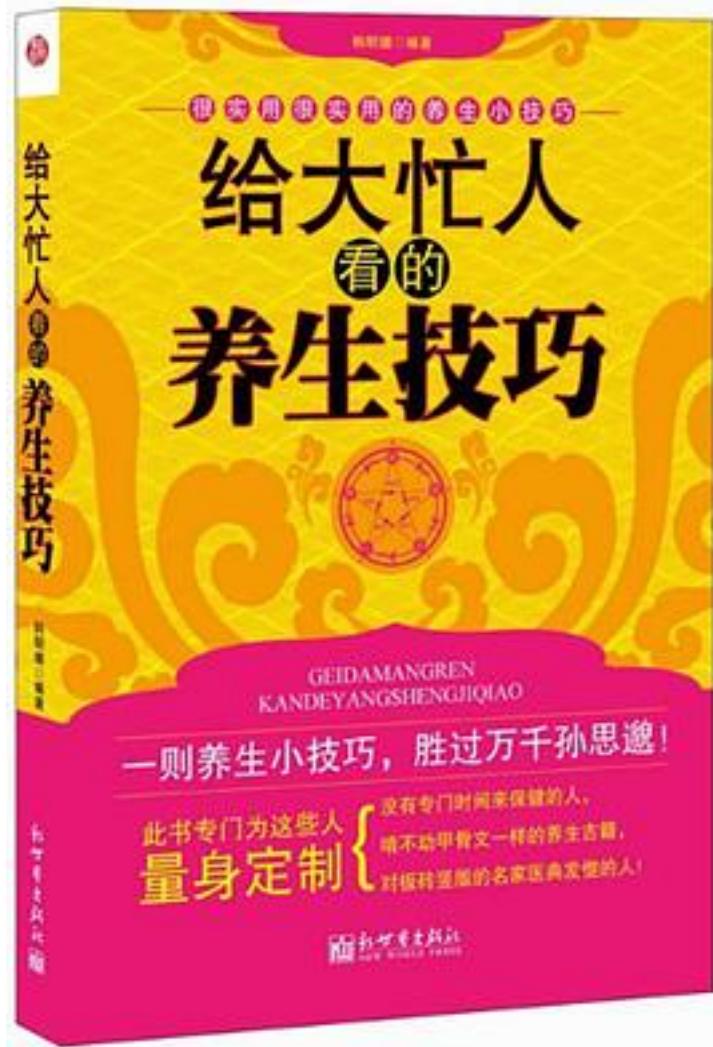


# 给大忙人看的养生技巧



[给大忙人看的养生技巧 下载链接1](#)

著者:韩明媚

出版者:

出版时间:2010-5

装帧:

isbn:9787510408786

《给大忙人看的养生技巧》内容简介：生活中有许多“大忙人”，每天都是匆匆忙忙的身影，完全没时间去管理健康，可是没曾想过，这些借口其实正是变相的慢性自杀！是我们把自己的身体当做了垃圾桶、当做了超负荷运转的机器，我们甚至还给疾病创造了滋生的。舒适“环境”！甚至还不断给疾病输送“营养”。2001年，中国科学院研究员胡可心，因肝癌病逝，年仅38岁；2002年，张国荣因抑郁症跳楼自杀，终年42岁；2005年，喜剧演员高秀敏因心脏病突发而猝死，终年46岁；2006年，华为公司一名员工因过度劳累死亡，年仅25岁；青岛啤酒前总裁彭作义，汤臣集团汤君年、爱立信中国前总裁杨迈、均瑶集团前董事长王均瑶、侯耀文有些成功者“大忙人”们的健康却一路负债，最终不堪重负，过早地停泊在人生的终点。

作者介绍：

目录：

[给大忙人看的养生技巧 下载链接1](#)

标签

养生

评论

书名很吸引人，但还是堆砌之作，有一定指导意义，配图太少

[给大忙人看的养生技巧 下载链接1](#)

书评

[给大忙人看的养生技巧 下载链接1](#)