

<<上班族远离常见疾病要诀>>

图书基本信息

书名：<<上班族远离常见疾病要诀>>

13位ISBN编号：9787801577863

10位ISBN编号：7801577868

出版时间：2003-1

出版时间：

作者：纳米

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<上班族远离常见疾病要诀>>

### 内容概要

本书针对广大上班族，尤其是工作压力巨大的“白领”阶层有害健康的生活习惯、工作方式以及不良的工作环境等角度来分析不利于身心健康的诸种因素，并提出重要的警示与有益的建议和有效的预防措施。

同时推荐了不少平时可以自我“识病”的小技巧，采用版块形式，不需要长时间连续阅读，只在茶余饭后、睡前候车时用数分钟翻阅，符合上班一族繁忙的工作特点，语言简朴、自然、亲切，注重阅读的趣味性，是上班族私包里不可缺少的“良师益友”。

<<上班族远离常见疾病要诀>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>