

《跟抑郁症说拜拜》

图书基本信息

书名：《跟抑郁症说拜拜》

13位ISBN编号：9787807437086

10位ISBN编号：7807437081

出版社：《跟抑郁症说拜拜》编委会 宁波出版社 (2011-03出版)

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《跟抑郁症说拜拜》

内容概要

抑郁症与艾滋、癌症被划归为21世纪人类三大疾病，由于抑郁症在国内尚未引起足够的重视，特别是在现代化进程日益加快的今天，抑郁症已然成为人们不得不去关注的疾病之一。而与抑郁症迅速蔓延的趋势相较而言，国内对抑郁症的认识仍旧存留在浅显的层面，很多人甚至存在误解，只有正确认识，才能更好的走出抑郁症，这正是宁波出版社出版《跟抑郁症说拜拜》的目的所在。《跟抑郁症说拜拜》让你摆脱抑郁症。

《跟抑郁症说拜拜》

书籍目录

【出版序】抑郁症是有答案可解的【推荐序】了解，让陪伴更有力量【推荐序】正确的认知观念是预防的第一步【推荐序】解忧，由“知”开始【推荐序】生命的挑战【推荐序】照顾他人，同时照顾自己Part 1 什么是抑郁症？Part 2 为什么会得抑郁症？Part 3 我得了抑郁症吗？Part 4 治疗抑郁症的方法Part 5 走出抑郁Part 6 如何陪伴Part 7 抑郁迷雾澄清【编辑后记】

《跟抑郁症说拜拜》

编辑推荐

《跟抑郁症说拜拜》推荐：高官跳楼，艺人自杀……抑郁症悄然成为生活的重要议题，究竟什么是抑郁症？抑郁症从何而来？抑郁症到底会不会好？家人朋友怎样看待抑郁症？抑郁症患者如何生活？如何摆脱抑郁症的束缚？走进由宁波出版社出版的《跟抑郁症说拜拜》，解析这种种疑问。

《跟抑郁症说拜拜》

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：www.tushu000.com