

# 《健康减压五十法》

## 图书基本信息

书名：《健康减压五十法》

13位ISBN编号：9787801218674

10位ISBN编号：7801218671

出版时间：2006-7

出版社：军事医学科学出版社

作者：丁辉

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](http://www.tushu000.com)

# 《健康减压五十法》

## 内容概要

十分钟，让您消除“心情感冒”，  
轻松增进身心健康与快乐！

# 《健康减压五十法》

## 作者简介

丁辉，主任医师，同济医科大学医学硕士，国家级科技成果奖获得者。现为世界卫生组织母婴健康与妇女保健研究培训合作中心副主任、卫生部CDC妇幼保健专家委员会委员、首都医科大学附属北京妇产医院及妇幼保健院副院长、中华妇产科学会学术委员、中华预防医学会妇女保健学术委员、北京预防医学会妇女保健学会主任委员。从事医疗妇幼保健工作二十五年，致力于母婴安全研究、妇女多发病防治、青春期保健、孕产妇保健、职业人士工作压力与保健的研究及临床工作。创立全国首家职业人士压力与亚健康中心，将临床与保健相结合，把生理保健、情绪保健、营养保健融为一体，提出“一级预、全人保健”的新概念。2005年3月作为北京晚报明牌栏目《健康快车》列车长分四期发表了《让我们做21世纪健康人》。同时，在人民日报发表了《作压力的管理者》等文章。近五年为中央及北京210个大中型企事业单位约七万人举办过科学保健的讲座，发表过二十篇学术论文，主编、参编过二十部学术与科普专著。

# 《健康减压五十法》

章节摘录

插图

# 《健康减压五十法》

## 编辑推荐

十分钟，让您消除“心情感冒”，轻松增进身心健康与快乐！

# 《健康减压五十法》

## 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](http://www.tushu000.com)