第一图书网, tushu007.com

<<快乐人生：怎样克服压力和忧郁>>

图书基本信息

书名：<<快乐人生：怎样克服压力和忧郁>>

13位ISBN编号：9787507507881

10位ISBN编号：7507507882

出版时间：2001-01

出版时间：华文出版社

作者：谢瀛华

页数：203

字数：110000

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

内容概要

我们都会感到身心承受的各种压力，怎样克服，是大家关心的课题，作者以专业医师的学养，以及多年临床的心得，深入了解现代人的种种忧郁症，从老年，儿童，青少年，上班族或失恋，失业者、及各种生离死别的要历入手，找出病因，心理与生理双管齐下，用实例告诉我们解决之道，化阻力为助力。
帮助我们走出黑暗，迈向成功。

作者简介

谢瀛华医师，台湾台南人，台北医学院医学系毕业、英国皇家医院进修，台大、马偕、长庚医院家庭医学主治医师。
现任台北医学院家庭医学科主任，缘杏文化事业基金会执行长。
曾为一些报纸主持医药专栏。
著有《成人保健书》、《国民危机手册》、《家庭医学讲座》、《性心理手册》、《走过青春》等书。

书籍目录

关心自己健康，确保幸福人生
缘起
何谓压力
何谓忧郁证
关于忧郁症
病人需要知道些什么
怎样克服忧郁和沮丧
未来如何克服焦虑
忧郁症的种类和症状
……

第一图书网, tushu007.com

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