第一图书网, tushu007.com

<<百家健康讲坛>>

图书基本信息

书名：<<百家健康讲坛>>

13位ISBN编号：9787534421990

10位ISBN编号：7534421993

出版时间：2007-2

出版时间：江苏美术

作者：刘克玲，戎东贵主

页数：216

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

《名家讲稿》的作者不仅有健康教育专家，还有具有丰富经验的临床医生，长期从事教学、科研的专家，以及多年从事卫生管理的学者。
他们的特点是将深奥的医学专业内容，转化为一般群众能够看懂的科普作品，真正能使读者“一看就懂，一学就会，一用就灵”。
所以，《名家讲稿》的每篇文章都受到读者的欢迎。
许多读者来信反映说，他们“每期必看，一期不看心发慌”；还有不少读者看病时，手拿《名家讲稿》文章，以便更好地与医生交流。
最近，中国健康教育协会与《精品健康导刊》社合作，在有50余位专家撰写的100多篇“名家讲稿”的基础上整理结集，推出《百家健康讲坛》丛书。
丛书浓缩全国健康教育首席专家和其他著名专家的优秀演讲报告，撷取精粹，以飨读者。
这套丛书是广大人民群众防病治病的良师益友。
本书是丛书之一，让顶级专家教你健康从心开始！

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

学会管理你的情绪日常生活的心理应对婚姻为何会变色你可以睡得更好婚恋、家庭心理咨询中的常见问题抑郁就在你我身边帮助你的孩子解决学习障碍

媒体关注与评论

书评全国健康教育首席专家：李舜传等精彩亮相。
顶级专家为您送来“ 健康大礼包 ”！
一流专家阵容，最新健康理念，实用健康大全，防病治病宝典。
一家人一天到晚都非常讲道理，每个人都处处为他人着想，真的“ 相敬如宾 ”，自己有伤痛都自己消化，从来不把自己的痛苦带给家人。
也许按照社会的标准来讲这正是我们理想的家庭，但你们知道我们把这样的家庭叫什么？
我们把这样的家庭叫“ 心身疾病的家庭 ”，这种家庭的成员很容易患各种心身疾病，如肿瘤、高血压、冠心病、消化道溃疡等。
所以，在家里、在亲人之间千万别太讲理。
当我们在外面受到伤害，我们就要回到家里来排解、来医治。
北京大学精神卫生研究所心理治疗科主任 唐登华　抑郁症的心理治疗与药物治疗之间，是一个什么样的关系呢？
我可以用一个可能并不恰当的比方：药物治疗就像“ 消防队 ”。
消防队可以灭火，但控制不了着火的原因，而心理治疗能解决这个原因。
中国健康教育协会副秘书长 赵仲龙　增加对刺激或压力的承受力和对挫折的忍受力是心理平衡的根本。
首都医科大学附属北京天坛医院心内科主任医师 刘玄重　将健康进行到底！

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