

<<健商HQ>>

图书基本信息

书名：<<健商HQ>>

13位ISBN编号：9787801465153

10位ISBN编号：7801465156

出版时间：2002-01

出版时间：中国社会出版社

作者：（加）谢华真

页数：349

字数：250000

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>

<<健商HQ>>

内容概要

本书的目的是教你一个自行评估健商的简便方法，以及提高健商的知识 and 措施。

你首先要确立自己的健康指数，然后决定一个合适的方案，最后订出能显著地改善生活和健康的实施计划。

一旦你了解自己的健商，知道怎样利用它，你就掌握了健康长寿的秘诀；更重要的是，不管岁数多大，身体状况如何，生命质量都将大大提高。

作者简介

谢华真：教授（DR.WAH JUN TZE 1934.7.1——2001.12.12），加拿大籍华，医学博士，毕业于哈佛大学医学院研究生院，加拿大卑诗大学医学院终身教授，世界知名的儿科专家，国际儿科学会顾问。谢华真教授在医学科学方面的成就涉及诸多领域，其贡献得到了广泛的认同。

??

书籍目录

中文版 序 英文版 序 引言 健商第一篇 健商指数与健康 第一章 健商指数 第二篇 健商与增进身心健康 第二章 遗传禀赋与生存环境 第三章 健康的精神意识 第四章 生活方式与健康 第五章 健商与生命之旅 第三篇 健商与未来保健 第六章 主流医学 第七章 身心医学 第八章 非主流医学 第九章 控制疾病的健商之路 第四篇 有了健商意识，下一步干什么 第十章 保持身心健康的健商行动 结束语：健商文化 第五篇 结束语：健商文化 附录 鸣谢

编辑推荐

《健商HQ(健康高于财富)》献给我慈爱的父母、我恩爱的妻子姜萍教授、我们健康的孩子小萍和民华，及孙女孙子萍萍和龙龙。
欢迎来到健商世界。
它反映你的健康才智，是评估个人健康的全新方法。

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:<http://www.tushu007.com>