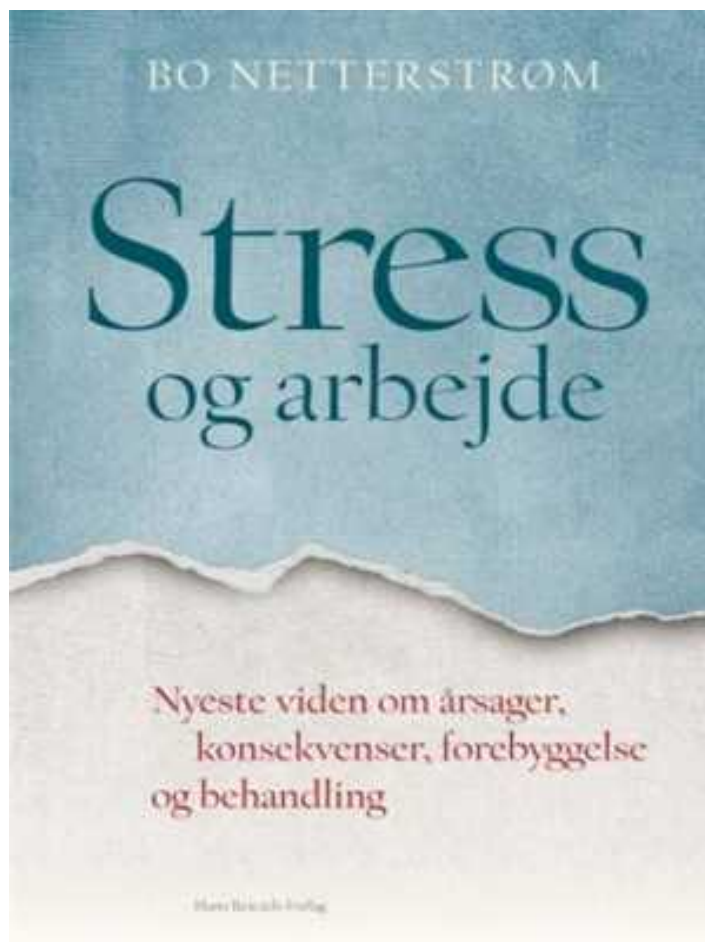


Stress og arbejde PDF

Bo Netterstrøm



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Bo Netterstrøm
ISBN-10: 9788741257945
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 4231 KB

BESKRIVELSE

Stress er et alvorligt sundhedsmæssigt problem. Der er imidlertid mange muligheder for at gøre noget ved problemet – især når det drejer sig om stress, der er arbejdsrelateret. Denne opdaterede indføring i stressens fysiologi, dens årsager og de helbredsmæssige konsekvenser af den præsenterer helt ny viden om vilkår og ressourcer, der modvirker stress, og om hvordan stress kan håndteres og behandles. Herudover giver forfatteren gode forslag til, hvordan man forebygger stress på arbejdspladsen og udformer en trivselspolitik. Stress og arbejde er en udvidet og opdateret udgave af forfatterens to bøger Stress på arbejdspladsen fra 2002 og Stresshåndtering fra 2007. Bo Netterstrøm er født 1947. Læge 1975, lic.med. om buschaufførers helbred 1983 og dr. med. 1993 på disputats om psykosociale arbejdsbelastninger og iskæmisk hjertesygdom. Speciallæge i arbejds- og samfundsmedicin, var ledende overlæge ved Arbejdsmedicinsk Klinik og Stressklinikken, Hillerød Hospital 1992-2009. Siden seniorforsker ved Arbejds- og miljømedicinsk afdeling på Bispebjerg Hospital. Har tidligere udgivet fire bøger om stress og er medstifter af Stresscentret Kalmia i Gentofte.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Stress: En kombination af anspændthed og ulyst. Kortids stress kan være nyttigt og godt, men et højt stressniveau over længere tid er skadeligt for både ...

Det gængse råd er, at stressede skal blive hjemme og blive raske. Men det er en dårlig idé, mener to psykiatere, der står bag en ny bog om stress.

Køb Stress og arbejde af Bo Netterstrøm (Bog) hos Hans Reitzels Forlag

STRESS OG ARBEJDE

[Læs mere ...](#)