

Keywords: Stressad hjärna, stressad kropp : om sambanden mellan psykisk stress och kroppslig ohälsa PDF pdfbok på svenska, ladda ner Stressad hjärna, stressad kropp : om sambanden mellan psykisk stress och kroppslig ohälsa ePUB, Stressad hjärna, stressad kropp : om sambanden mellan psykisk stress och kroppslig ohälsa las online, Stressad hjärna, stressad kropp : om sambanden mellan psykisk stress och kroppslig ohälsa download

Stressad hjärna, stressad kropp : om sambanden mellan psykisk stress och kroppslig ohälsa PDF

Tomas Gunnarsson



Det här är bara ett utdrag ur Stressad hjärna, stressad kropp : om sambanden mellan psykisk stress och kroppslig ohälsa bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Tomas Gunnarsson

ISBN-10: 9789146000907

Språk: Svenska

Filesize: 2787 KB

BESKRIVNING

Kan man tappa minnet av stress? Är psykisk stress lika hälsofarlig som rökning? Kan man få diabetes av för lite sömn? Idag vet vi att dessa samband existerar och i boken Stressad hjärna, stressad kropp (2004) visar stressforskaren Ulf Lundberg och journalisten Görel Wentz att psykiska faktorer har större betydelse för vår fysiska hälsa än vad vi tidigare trott. I samspel med övriga omständigheter bidrar den psykiska stressen till alla stora folksjukdomar i dagens moderna samhälle; hjärt- och kärlsjukdomar, cancer, värk i nacke och skuldror, allergier, diabetes, kronisk trötthet m. m. Den här boken lär dig se sambanden och ger dig kunskaper som hjälper dig att göra något åt dem.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

All forskning visar att långvarig stress skapar en obalans i kroppen ... arg och fientlig. Om hjärnan ... Det finns en stark koppling mellan negativ stress och ...

Att förstå skolan - En teori om skolan som institution o skolor som organisationer bok - Gunnar Berg .pdf. ... Ian Curtis och Joy Division bok Deborah Curtis pdf.

ISBN 9789146211846 Titel Stressad hjärna, stressad kropp : om sambanden mellan psykisk stress och kroppslig ohälsa Författare Görel Wentz - Ulf Lundberg

STRESSAD HJÄRNA, STRESSAD KROPP : OM SAMBANDEN MELLAN PSYKISK STRESS OCH KROPPSLIG OHÄLSA

[Fortsätt läsa...](#)