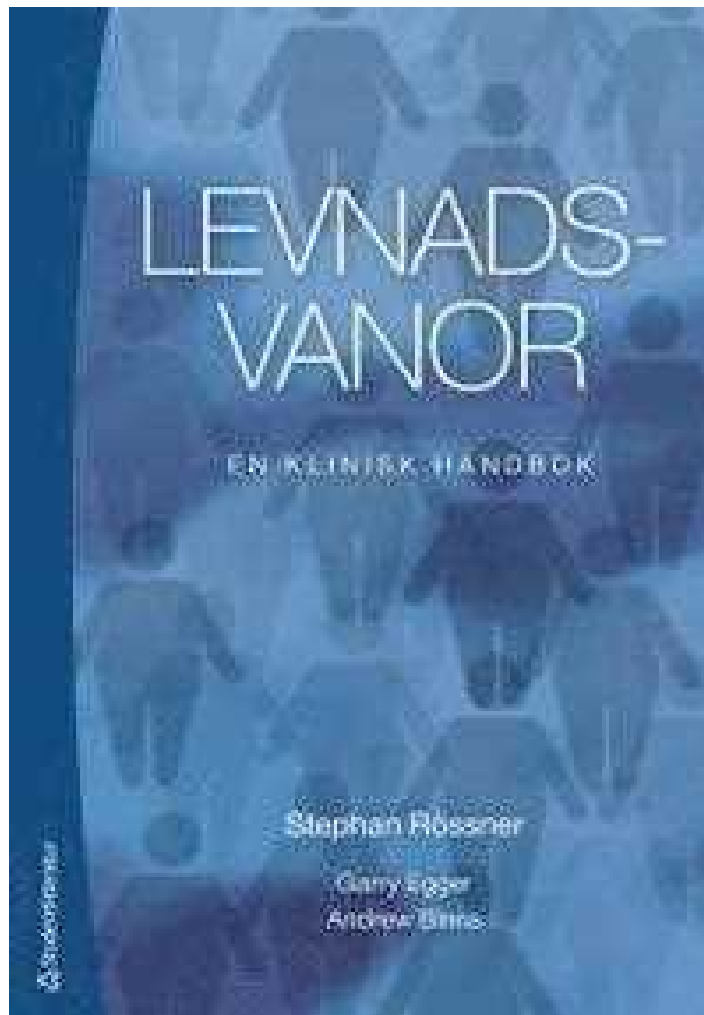


Tags: Levnadsvanor : en klinisk handbok MOBI download; Levnadsvanor : en klinisk handbok ladda ner pdf e-bok; Levnadsvanor : en klinisk handbok epub books download; Levnadsvanor : en klinisk handbok e-bok apple; Levnadsvanor : en klinisk handbok bok pdf svenska; Levnadsvanor : en klinisk handbok las online bok

---

## **Levnadsvanor : en klinisk handbok PDF E-BOK**

**Ingrid Larsson,Stephan Rössner**



Författare: Ingrid Larsson,Stephan Rössner

ISBN-10: 9789144082486

Språk: Svenska

Filstorlek: 4059 KB

## BESKRIVNING

Den moderna livsstilen med osunda vanor och mycket stillasittande har spridit sig över hela världen. Sömnbesvär, stress och depression har blivit nya folksjukdomar. Alkohol och andra beroendeframkallande medel utgör ständigt ett hot mot hälsan. Även om kunskapen om levnadsvanornas betydelse för vår hälsa har ökat markant under det senaste decenniet, har också förvirringen och osäkerheten om vad som faktiskt är bra för vårt välmående ökat. Mot bakgrund av detta har det blivit allt viktigare att alla som arbetar med levnadsvanor och hälsa fortlöpande uppdaterar sina kunskaper. Vilka levnadsvanor har störst betydelse för vår hälsa idag? Hur kan de mätas? Vilken är den vetenskapliga evidensen? Svaren på de här och många andra viktiga frågeställningar ges i denna första svenska lärobok om "Lifestyle Medicine". Avsikten med boken, som också ska ses som en praktisk handbok, är att på vetenskapligt underlag redogöra för vilka hälsofrämjande åtgärder vi med enkla medel kan vidta för att öka chanserna att må bra under hela livet. Boken tar inte bara upp de huvudpunkter som Socialstyrelsen redovisar i sin nationella handlingsplan - tobak, alkohol, motion och kost - utan även andra ämnesområden där vanorna är av betydelse för vår hälsa. Levnadsvanor - en klinisk handbok är en översättning från engelska och ursprungligen utgiven i Australien. Boken, som är bearbetad och anpassad efter svenska förhållanden, vänder sig i första hand till allmänläkare men även till annan vårdpersonal som arbetar med frågor kring levnadsvanor och hälsa.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Levnadsvanor : en klinisk handbok: Amazon.de: Stephan Rössner, Garry ...**

Vi som arbetar med Medibas vill önska alla våra användare en riktigt God Jul och ett Gott Nytt År! Ni når oss alla dagar förutom helgdagar på:

### **Levnadsvanor - Sömn, Fakta kliniskt kunskapsstöd, Region Jönköpings län**

Pris: 468 kr. Häftad, 2014. Skickas inom 1-3 vardagar. Köp *Levnadsvanor : en klinisk handbok* av Stephan Rössner, Garry Egger, Andrew Binns på [Bokus.com](http://Bokus.com).

### **Levnadsvanor : en klinisk handbok - studentapan.se**

Scopri *Levnadsvanor : en klinisk handbok* di Stephan Rössner, Garry Egger, Andrew Binns, Anders Schaerström: spedizione gratuita per i clienti Prime e per ordini a ...

**LÄS MER**