第一图书网, tushu007.com

<<清肠排毒养生法>>

图书基本信息

书名: <<清肠排毒养生法>>

13位ISBN编号: 9787534548185

10位ISBN编号:7534548187

出版时间:2006-1

出版时间:江苏科学技术

作者:后藤利夫

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

第一图书网, tushu007.com

<<清肠排毒养生法>>

内容概要

本书中除了介绍有关便秘的知识和如何解除便秘方法,还对肠道内细菌的作用、如何提高免疫力、如何美肤以及如何清肠排毒,使肠道保持健康等作了详尽的介绍。

便秘的原因很多,解决的方法也因人而异。 请阅读后根据自身情况选择其中一种试试,如何没有效果,就再选择一种。 如果有效果,能畅快的排便,就坚持下去,直到又没有效果了,就再换一种方法。 这样,就能自我克服便秘,保持肠道健康。 如此一来,就不再需要依赖泻药,仅仅依靠自身的力量,就能重新建立排便的习惯。

不仅治愈了便秘,还可以减少过敏反应、减少癌症,由内而外,获得健康和美丽。

第一图书网, tushu007.com

<<清肠排毒养生法>>

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