

<<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>

<<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。

<<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>