

<<蘆薈這樣用，養顏美容保健康>>

图书基本信息

书名：<<蘆薈這樣用，養顏美容保健康>>

13位ISBN编号：9789866097027

10位ISBN编号：9866097021

出版时间：世茂

作者：李鴻奇 著

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>

<<蘆薈這樣用，養顏美容保健康>>

內容概要

疾病不一定要靠醫藥，蘆薈是每個家庭應備的良藥，能改善全家人的健康！

所有你所不知道的「蘆薈讓你不生病的秘密」都在這本書裡！

依疾病別的蘆薈食療與療方DIY，蘆薈確實改善與治癒疾病的讀者親身實例。

增強自體療癒力。

改善自身疾病，蘆薈的藥用、營養成分、效用、利用方法以及製作方法，萬用大公開！

蘆薈不含卡路里，含有多醣體，豐富的鈣、鎂等礦物質，以及各種維生素，能抑制自由基，營養價值較一般蔬菜佳。

針對排毒，提高免疫、提高肝功能、提升代謝，預防與改善癌症、糖尿病、高血壓等現代生活習慣病的食療·療方。

解決便秘、肥胖、黑斑、面皰、脫髮、過敏性鼻炎等等，一切從「蘆薈」開始！

對症食療·療方，讓你的老毛病不藥而癒，你所不知的蘆薈讓你不生病的秘密！

每道食譜·療方中，包括材料、作法、保存法、使用法、療效等，簡單容易學！

3個見證實例，身體健康問題不一定要靠醫藥，蘆薈這樣用就會痊癒！

暢銷健康書籍、健康專欄作家李鴻奇，再一精心著作！

根據歐美的醫學機構的研究與實驗，發現蘆薈有利尿作用，能夠消除全身的浮腫，使新陳代謝轉為活潑。

腸內益菌的作用變得活潑，並增加腸內黏液的分泌量，使消化變好。

蘆薈所含有的多糖類以及糖蛋白，能促進胰島素的分泌，使血液中的糖變成能源，所以也能夠調節血糖值。

蘆薈能夠提高免疫力，並且能夠預防與改善癌症、糖尿病、高血壓等等現代生活習慣病。

減肥、消除便秘、利尿 冷凍蘆薈。

通便、整腸 蘆薈沙拉。

過敏性鼻炎、肝病 蘆薈生葉。

高血壓、糖尿病、關節炎 蘆薈醋。

失眠症、風濕病 蘆薈酒。

消化不良、便秘 蘆薈優酪乳。

掉髮、白髮、頭皮屑 蘆薈保養露。

過敏性皮膚炎 蘆薈肥皂。

掉髮、白髮、頭皮屑 蘆薈保養露等等疾病治療療癒食療與療方。

近視改善、視力增強！

便秘消失，排尿順暢，瘦身成功！

長高兩公分，胸部也更豐滿了！

濕疹與痔瘡都好了！

三酸甘油酯大幅下降。

肝機能提高！

肩膀與背部的痠痛消失！

惱人的面皰與小皺紋都消失！

臀部多餘的脂肪消失！

鬆弛的大肚皮消失！

白內障、飛蚊症獲得改善！

克服了老花眼的視力模糊！

治好慢性的口內炎！

從六十公斤減輕到四十五公斤！

！

等等，23位讀者親身實證。

<<蘆薈這樣用，養顏美容保健康>>

細述蘆薈的種種用法，用來治療與改善各種疾病！

！

疾病不一定要靠醫藥，小小一片蘆薈，效用大大不同！

！

書中列舉的食療與療方，告訴你如何對症治療，23個見證實例不是偶然的奇蹟！

不含熱量、營養豐富、含多醣體、能排毒、抑制自由基；活化血路、提高肝功能、提升免疫力與代謝，預防與改善現代生活習慣病；讓你的腸相好、吃不胖、人不老！

增強自體療癒力！

！

蘆薈湯、冷凍蘆薈、蘆薈沙拉、蘆薈粉末，蘆薈釀造醋、優酪乳、養身酒、喉糖、漱口水、挫傷藥、保養露、肥皂、貼布、化妝水、入浴劑、敷面劑、洗髮劑、養髮水.....你所不知道的蘆薈讓你生病的秘密都在這本書裡！

<<蘆薈這樣用，養顏美容保健康>>

作者簡介

李鴻奇，健康專欄作家、旅日健康資訊情報專家。
在國內各大報章雜誌撰寫健康專欄外，還從事相關資訊的翻譯論述工作。
編著有《豆漿健康法》、《保健治病蔬菜湯》、《葡萄柚減肥健康法》、《黑芝麻的神奇療效》、《雞尾酒食物療法》、《如何吃香蕉最健康》、《一天一蘋果健康窈窕跟著我》、《檸檬酸的強效》、《神奇的薑療小秘方》、《地瓜祛病減肥法》（以上皆世茂出版）。

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>