

<<健康149>>

图书基本信息

书名：<<健康149>>

13位ISBN编号：9789866248856

10位ISBN编号：9866248852

出版时间：捷徑文化出版事業有限公司

作者：安保徹，赤枝恒雄 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>

内容概要

自我專屬的身體密碼，將隨著生理與心理的年齡，一一解開：?不健康的減肥方式，是否會導致月經週期不規則？

?經常便秘常常一肚子大便，怎麼讓腸道正常消化？

?上班精神不濟想睡覺，晚上卻又失眠難受怎麼辦？

?四季提高免疫力的生活方式。

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>