

<<泡泡腳按按手讓你更健康>>

图书基本信息

书名：<<泡泡腳按按手讓你更健康>>

13位ISBN编号：9789867088796

10位ISBN编号：9867088794

出版时间：高寶國際

作者：陳妮 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>

<<泡泡腳按按手讓你更健康>>

內容概要

你就是最好的腳底按摩師父！

家裡必備健康書～～有了這本書，你不再需要腳底按摩了！

* 誰需要這本書？

不愛動的人 久坐的上班族 辛苦的家庭主婦 不能做劇烈運動的人只要泡泡腳、按按手，就能做好身體保健，讓你更健康！

* 泡腳的好處：1.改善血液循環。

2.促進新陳代謝。

3.消除疲勞。

4.改善睡眠狀況。

5.提高免疫力。

6.預防疾病。

7.活血通絡。

8.排毒。

9.放鬆壓力。

10.養生美容睡前泡腳，比吃補藥更有效！

* 雙手密碼：手掌熱：可能是肝火旺，會出現喉嚨痛、便秘等狀況。

五指合併時，之間有漏縫：可能是消化功能比較薄弱的徵兆。

指甲黑色：有中毒或心臟問題，應加注意。

小指指甲的縱橫紋多而明顯：應注意腎與泌尿系統功能……等等。

平時多觀察你的雙手和指甲，就可以知道你的身體狀況喔！

<<泡泡腳按按手讓你更健康>>

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>