

<<女人40魅力四射>>

图书基本信息

书名：<<女人40魅力四射>>

13位ISBN编号：9787200056518

10位ISBN编号：7200056510

出版时间：2005-01

出版时间：北京出版社

作者：郎景和,张振弘

页数：216

字数：151000

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>

## <<女人40魅力四射>>

### 内容概要

本书为中年女性献上一杯暖心益智的“心灵鸡汤”。

一书在手，细细品味，定能获益匪浅。

她对金秋年华的讴歌，如星星之火，会点燃您青春的余烬，令其再现炫目的光辉！

她对女性功绩的颂扬，如声声晨笛，会拨动您低沉的心曲，令其再现高亢的强音！

她对婚姻的建议，如航标灯光，会指引您绕过潜伏的礁石，驾驶着婚姻之舟游览绿水青山！

她对家务指点迷津，如黑夜烛光，带领您寻找一个理想的支点，平衡事业与家庭两副重担！

她对您身心美丽的关切，如闺房挚友，娓娓细语，提醒您该如何美颜、塑身、益智、强体…… 人生40方开始，因为还有40年的美好人生在等待着您！

愿您携带着美丽、智慧、快乐、健康，走到幸福人生的终极！

本书的作者都已过不惑之年，对于女性深切的苦衷和缠绕的心结颇为关注，为此奉献千言万语，其中有各路专家的致理之方，有幸福者的至情之言，也有不幸者的至诚之言。

## <<女人40魅力四射>>

### 书籍目录

第一章 中年女性——“映日荷花别样红” 一 人到中年迎金秋 二 女人40美如花 三 健康为中年添彩  
第二章 我们的身体发生了什么变化 一 40岁女性身体变化 二 肥胖偏爱中年女性 三 都是激素撤退惹的祸  
第三章 让乳房健美依旧 一 中年女性乳房不定松垂 二 乳腺的自我检查 三 威胁妇女身心健康的乳腺增生病 四 一良一恶的乳房纤维腺瘤和乳腺癌 五 易患乳腺癌的10种女人 六 丰胸何需吃药 七 隆胸要想好了再做  
第四章 中年女性的强骨健体之道 一 骨质疏松需早防 二 强骨健体，我们能做些什么  
第五章 呵护自己 享受性爱 一 中年女性的性事正处于黄金时期 二 无性，生命比你想像的脆弱 三 生殖系统疾病的信号 四 常见的生殖系统疾病  
第六章 摆脱健忘与失眠困扰 一 “过目不忘”今安在 二 睡眠、失眠“谁主沉浮”  
第七章 让快乐伴随着你 一 突破“压力重围” 二 事业和个人生活的支点 三 琴瑟和鸣 鸾账春宵 四 爱情友谊同轻重 五 婚姻扁舟入“三峡” 六 劳燕分飞是与非 七 重返婚姻伊甸园 八 扬起浪漫的风帆  
第八章 美颜塑身重现魅力  
第九章 安度多事之秋

## <<女人40魅力四射>>

### 媒体关注与评论

书评40岁的女人坚贞忠诚，她即使只是一株柔弱的苍柳，也会为爱人撑起一片遮雨的绿荫。  
40岁的女人坚韧执着，她即使只是小小的一滴清水，也会尽力载起家庭的“诺亚方舟”。  
40岁的女人超然脱俗，尘世荣华不再使她们趋之若鹜，功名利禄也不再使她们怦然心动。  
40岁的女人豁达明智，她们不再愤世嫉俗地怨天尤人，也不再目空一切地自鸣得意。

## <<女人40魅力四射>>

### 编辑推荐

40岁的女人坚贞忠诚，她即使只是一株柔弱的苍柳，也会为爱人撑起一片遮雨的绿荫。  
40岁的女人坚韧执着，她即使只是小小的一滴清水，也会尽力载起家庭的“诺亚方舟”。  
40岁的女人超然脱俗，尘世荣华不再使她们趋之若鹜，功名利禄也不再使她们怦然心动。  
40岁的女人豁达明智，她们不再愤世嫉俗地怨天尤人，也不再目空一切地自鸣得意。

<<女人40魅力四射>>

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>