

<<抗衰老圣典>>

图书基本信息

<<抗衰老圣经>>

内容概要

本书介绍了100种热门有效的抗衰老物质——全是你所熟知的维生素、矿物质、营养补给品，从嗜乳酸杆菌（acidophilus）至锌（zinc）等都包含在内。

指导你预防衰老常见的疾病——例如：老年痴呆症、静脉曲张、失眠、糖尿病、更年期等疾病问题。以及保持性生活美满——让所有夫妻都能享受长久愉快的性生活。

医生常用处方——告诉你医师开给你的处方药物的疗效、副作用、注意及建议事项。

<<抗衰老圣典>>

书籍目录

第一章 最佳的保养 最佳的健康

第二章 100种最热门有效的抗衰老物质

第三章 活得健康：如何预防常见的老年失调疾病？

第四章 献给女性朋友们

第五章 献给男性朋友们

第六章 强健体力——运动的功效

第七章 永葆青春的肤色

第八章 医生常用处方

<<抗衰老圣典>>

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>