

<<平性美人>>

图书基本信息

书名：<<平性美人>>

13位ISBN编号：9789578037489

10位ISBN编号：9578037481

出版时间：2009/09/07

出版时间：平装本出版有限公司

作者：楊千霈,張家蓓

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>

<<平性美人>>

内容概要

明星級中醫調養法！

「平性」，就是還原身體真正的本質！

只要把身體裡不好的雜質去除掉，自然而然就能展現「平性美人」的好身材和好氣色！

妳是哪一種美人？

「好朋友」最了解妳！

常常臉色蒼白、頭暈目眩，月經前後體重相差一公斤？

血虛型美人月經來前會便秘、乳房脹痛、脾氣暴躁、心情不好？

氣滯型美人月經一來就狂冒痘，會經痛還帶有血塊，熱敷也沒用？

血瘀型美人手腳冰冷、頭重腳輕，月經來時還會想吐、拉肚子？

寒症型美人經期愛來不來、沒有規則，容易水腫、胸悶？

痰濕內阻型美人 每個月的不舒服，其實是妳身體健康的警訊！

楊千霈就曾因為錯誤減重，不但胸部縮水，好朋友更整整兩年沒來報到！

名中醫張家蓓告訴她，這是因為體內的毒素把身體最原始的本質給掩蓋住了！

只要把體質調整到「平性」，也就是不熱不寒，不需要刻意節食，就能保持身材窈窕、氣色紅潤！

現在開始，就跟著千霈和張醫師一起學習，當個純天然的「平性美人」吧！

<<平性美人>>

作者简介

楊千霈 PINK

粉紅聘可小公主

血型：B型

星座：雙魚座

最愛的顏色：粉紅色

最愛的人：父母

楊千霈是曾經獲得台灣大學戲劇系兩次「書卷獎」的高材生。

大一時擔任「娛樂新聞」的校園記者，亮眼的表現令人印象深刻，因而踏入演藝圈。

進入演藝圈這幾年，她擔任過演戲、主持、廣告代言等各式各樣、大大小小的工作，經歷非常豐富，表現更是亮眼！

曾主持電視、廣播節目「三隻小豬」和「妹妹愛K歌」等，在電視劇「住左邊住右邊」中的「西施」一角更是風靡了所有粉絲。

二〇〇九年她更前進中國大陸參與「金大班」等戲劇演出，是演藝界備受好評的全方位藝人！

張家蓓

前北醫傳統醫學科 中醫婦科主任

學歷：

中國醫藥大學醫學士

經歷：

台北市立和平醫院中醫師

台北醫學大學附設醫院傳統醫學科主治醫師、婦科主任、副主任

現任：

台北醫學大學附設醫院健康管理中心特約醫師、產後護理中心特約醫師

健鉸中醫診所中醫師

<<平性美人>>

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>