

# 阳萎、早泄患者壮阳食谱



[阳萎、早泄患者壮阳食谱\\_下载链接1](#)

著者:

出版者:学苑出版社

出版时间:2001-08-01

装帧:

isbn:9787507718584

作者介绍:

目录:

[阳萎、早泄患者壮阳食谱\\_下载链接1](#)

标签

阳萎

理疗

治疗

早泄

评论

cbss56  
一定要引起足够的注意~建议平时多加锻炼身体，节制房事，少烟少酒或者戒烟戒酒，可以做做深蹲，慢跑，俯卧撑等等对于提升能力有帮助，以前也是，每次都才三几分钟，老婆刚有点感觉，自己就缴械投降了，别提多丢人了，用了好多的法子不好使，后来找他调理好的，每次都能二三十分钟，老婆很满足~不过一定要加强锻炼，不然身体太虚的话，二三十分钟下来，能把你累瘫了，所以强健的体魄也很重要。

-----  
[阳萎、早泄患者壮阳食谱\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[阳萎、早泄患者壮阳食谱\\_下载链接1](#)