

# 治疗便秘的45种方法



[治疗便秘的45种方法\\_下载链接1\\_](#)

著者:千田和幸

出版者:上海人民出版社

出版时间:2003-7

装帧:平装

isbn:9787208045675

《图说常见病自疗:治疗便秘的45种方法》：实用保健译丛。便秘虽非重大疾病，却可令人非常痛苦。每个人都曾因它苦恼过吧。诸位，大概是经过众多尝试的原因吧，对于便秘，无论问谁，都会说出“某种某种方法非常有效”的建议来。

在这当中，请选择可以实施的方法，以及能够坚持的方法，试着做一下。要点是不要勉强，将其自然纳入日常生活，形成习惯，就会有好的效果。

作者介绍:

目录:

[治疗便秘的45种方法\\_下载链接1\\_](#)

标签

健康

便秘

人间悲剧

评论

-----  
[治疗便秘的45种方法\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[治疗便秘的45种方法\\_下载链接1\\_](#)