

饮品1000样



[饮品1000样 下载链接1](#)

著者:姜源

出版者:吉林科学技术出版社

出版时间:2006-7

装帧:平装

isbn:9787538433289

肌肤出现问题，我们首先想到的是使用何种美容品加以外在的改善；身体出现疾病，我们首先会想到如何用药物来医治。其实内在的调理才是治本的关键。

正常人每天要保证8杯水的饮用量，在饮水的同时，加入些花草、水果、蔬菜、咖啡、酒等，科学搭配，合理饮用，就可以达到美容、瘦身、防病、治病的效果。

作者介绍:

目录:

[饮品1000样 下载链接1](#)

标签

评论

[饮品1000样 下载链接1](#)

书评

[饮品1000样 下载链接1](#)