

排毒美人



[排毒美人_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2007-7

装帧:

isbn:9787534130533

当今世界，毒物横流，可以说我们每天都生活在一个有毒的环境中。生态恶化、环境污染，细菌、病毒、重金属、电磁辐射、农药等无时无刻不在损害着我们的身体。再加上人们自身生活方式、行为的扭曲和错误（如不洁饮食、饮酒等），都严重影响着人们的身心健康。

每个女人都渴望拥有苗条的身材、靓丽的容貌、滋润的肌肤，这些都需要一个体内清洁而无毒素的健康基础。而毒素使你的肌肤新陈代谢放缓，容易变得干燥、紧绷；毒素使你的脸面出现黄褐斑、色素沉着和粉刺；正是毒素，才造成你身材肥胖臃肿。所以说，毒素才是你身体最大的敌人。

饮食排毒能科学、有效地排出体内毒素。本书精选了17种热门排毒水果、16种高效排

毒蔬菜、14种超级排毒五谷，更有针对10大现代病症的排毒餐，将美味与排毒功效完美结合，让你在享用美食的同时清除体内毒素，获得健康的身心和美丽的容貌。

作者介绍:

目录:

[排毒美人_下载链接1](#)

标签

评论

[排毒美人_下载链接1](#)

书评

[排毒美人_下载链接1](#)