

女人吃什么



[女人吃什么 下载链接1](#)

著者:陆文彬

出版者:团结出版社

出版时间:2007-10

装帧:平装

isbn:9787802142916

如何保持健康和美丽，这向来是女性朋友非常关注的话题。可有些女性为了美，不惜忍饥挨饿，不怕手术痛楚，而其中弄巧成拙者为数不少，殊不知科学的饮食，才是天然的美容良方。那么究竟哪些食物能使人青春常驻，吃什么、怎样吃才能拥有靓丽的肌肤和曼妙的身材，正是本书要告诉您的。另外，它还对女性生理特点及妇女常见病的饮食康复做了简要介绍，确是一本科学实用的女性保健读物。

作者介绍:

目录:

[女人吃什么 下载链接1](#)

标签

养生

健康

评论

[女人吃什么 下载链接1](#)

书评

[女人吃什么 下载链接1](#)