

办公族有效解除酸痛完全搞定



[办公族有效解除酸痛完全搞定_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-3

装帧:

isbn:9787811175486

《办公室颈背腰骨酸痛完全搞定》提供中西医正统疗法及药膳、穴道按摩、芳香疗法、饮食运动等自我照护方法。帮助你及早脱离颈肩腰背骨骼、肌肉、神经系统引起的疼痛！脖子常常觉得很紧，一动居然还有咯吱声；肩膀硬得举不起来，一动就引起剧烈疼痛；背部整个酸麻胀痛，按压或轻拍反而舒服；打喷嚏或是咳嗽时像闪到腰，直不起来……你的身体酸痛总是反复发作，如影随形吗？

作者介绍:

目录:

[办公族有效解除酸痛完全搞定_下载链接1](#)

标签

评论

[办公族有效解除酸痛完全搞定_下载链接1](#)

书评

[办公族有效解除酸痛完全搞定_下载链接1](#)