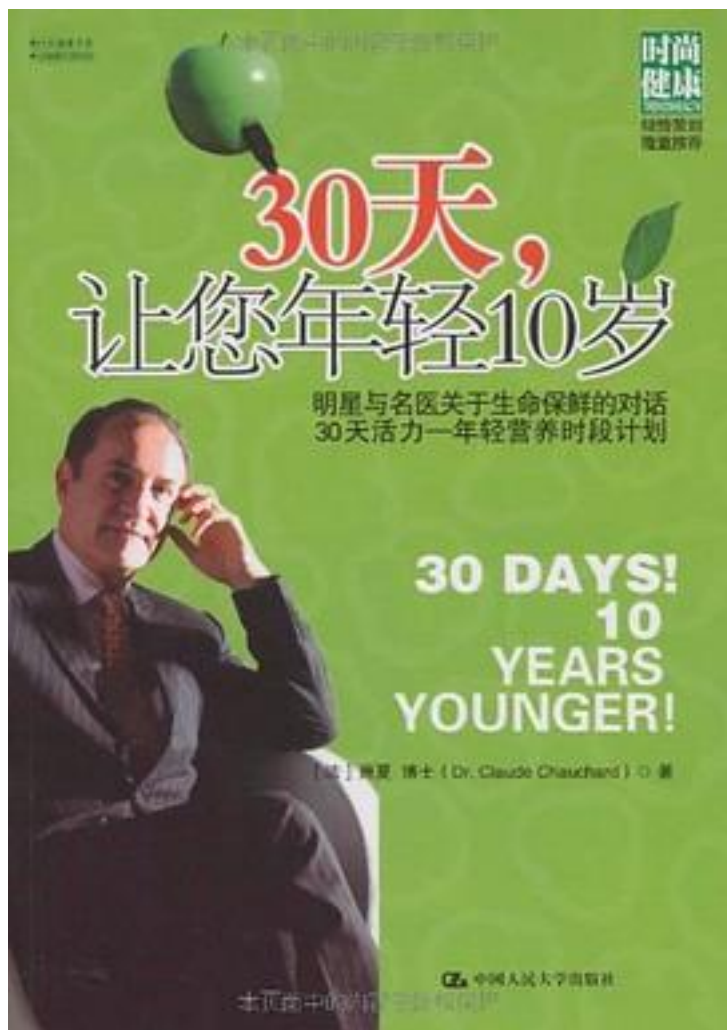


# 30天，让您年轻10岁



[30天，让您年轻10岁\\_下载链接1\\_](#)

著者:萧夏

出版者:

出版时间:2009-2

装帧:

isbn:9787300102160

《30天,让您年轻10岁》作者萧夏博士是世界顶尖的抗衰老预防医学专家，也是许多国

际著名影星和社会名流的营养保健医师。他在全球创办的多家抗衰老医学中心，30年来帮助了数以万计的人有效地改善了健康状况，重拾年轻和活力。近几年，萧夏博士的抗衰老理念逐渐为国人所熟知，并获得了国内抗衰老医学界的广泛认同和推崇。

《30天,让您年轻10岁》是萧夏博士最新的抗衰老科学研究发现。书中，萧夏博士会告诉您造成衰老的原因，以及如何从起因入手，通过调整生活方式尤其是饮食习惯来找到适合您的年轻方法。按照书中精心调配的30天活力年轻营养食谱，相信您能够掌握生命保鲜的奥秘。

作者介绍:

目录:

[30天，让您年轻10岁\\_下载链接1](#)

## 标签

营养学

健康

养身

养生

修行

抗衰老

健康/食物/性

## 评论

-----  
[30天，让您年轻10岁\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[30天，让您年轻10岁\\_下载链接1\\_](#)