轻松度过更年期



作者: (日) 菅原明子著

出版社: 世界图书上海出版公司

出版日期: 2009.01

总页数: 73

介绍:进入更年期,女性体内分泌的荷尔蒙将会叛减少,此时一般都会选择服用雌激素类药剂进行补充。然而想要轻松地度过更年期,不仅需要补充荷尔蒙,对日常饮食的关注亦十分重要。笔者经过多年来的研究,确信仅仅通过饮食生活的改善就能让您顺利地安度更年期。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/12282421.html) 查找全本阅读方式

轻松度过更年期 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/12282421.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12282421.html

书名: 轻松度过更年期