

这样吃不便秘



作者：邱志杰著

出版社：北京：现代出版社

出版日期：2009.11

总页数：229

介绍：本书作者通过介绍便秘的病因、便秘的危害性及易患人群、便秘的诊断及预防等知识，深入浅出地推荐了饮食等同于治疗便秘的自然疗法，使读者了解食物的功效，因人、因时、因地制宜、科学、合理地选择和摄取食物，顺利地进行疗疾治病和健身养生。其内容通俗易懂，方法简便易行、治疗效果良好，是便秘患者家庭自我调养的常备用书。翻看这本书，定能帮助便秘症患者早日摆脱便秘的困扰，达到身心健康的目的。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/13026045.html>）查找全本阅读方式

这样吃不便秘 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/13026045.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13026045.html>

书名：这样吃不便秘