

轻排毒 排好毒才能养好命



排毒，成了大众养生迫在眉睫的重要部分

我们体内有很多毒素，如不能及时排出体外，对我们的身体和精神会产生许多不良的反应。

天津出版传媒集团
天津科学技术出版社

作者：张霆，智杰轩出品

出版社：天津：天津科学技术出版社

出版日期：2018.08

总页数：245

介绍：我们每个人体内都有毒素，很多身体问题就是毒素引发的。我们要找出毒素的藏身处，尽快把它赶出身体。本书就是要帮助你回归到自然排毒状态，每天科学地、有规律地吃吃喝喝、动动按按，做做心理间操，就能够在正常生活中不知不觉地达到排除体内毒素、焕发青春活力的目的！你的？

说明：登录教客网（<https://www.jiaoke.com/book/detail/14607780.html>）查找全本阅读方式

轻排毒 排好毒才能养好命 评论地址: <https://www.jiaokey.com/book/detail/14607780.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14607780.html>

书名: 轻排毒 排好毒才能养好命