

《5分钟壮阳》

图书基本信息

书名：《5分钟壮阳》

13位ISBN编号：9787537535793

10位ISBN编号：7537535795

出版时间：2007-10

出版社：河北科技

作者：石贇 编

页数：171

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《5分钟壮阳》

内容概要

《5分钟壮阳》讲述了正确的壮阳方法应该着眼于恢复身心的全面平衡，在中医里，这叫做补足阳气，如果男性疲劳过度，就要好好休息，抽烟喝酒太凶，就要赶快戒除，精神负担太重，就要赶快调整心理状态；性生活过度，就要适当的控制，与此同时，也可适地请有经验的中医开些药物进行身体的调理。

《5分钟壮阳》

书籍目录

身体测试与对照5分钟男性保健常识5分钟壮阳小窍门5分钟走出壮阳误区5分钟按摩壮阳5分钟肉类壮阳5分钟水产品壮阳5分钟蔬菜壮阳5分钟谷物壮阳5分钟药酒壮阳5分钟壮阳菜谱5分钟壮阳汤谱5分钟壮阳粥谱5分钟壮阳药膳附录

《5分钟壮阳》

精彩短评

- 1、以前很排斥这些噱头很重的书的，什么几分钟，几天，几小时的都是明显的骗人吗，不过也就是个吆喝劲，明白就好，书内容还凑合
- 2、不是很好，非常一般，补的方法都不适用
- 3、直接吃香港源生堂海狗丸！！无比坚挺呀！

香港源生堂海狗丸官网：<http://www.haigouwancn.com>

《5分钟壮阳》

精彩书评

1、现在人们的生活条件好了,人们开始讲究养生,当然男人考虑的问题肯定是性方面的问题,其实人的身体是最好的补药,不用药物去滋补壮阳,这里有一套好方法,关于PC肌大家有没有了解过,pc肌是肛门周围的一群肌肉,那么通过强化这肌肉群可以达到很好的健身保健和壮阳作用!参考www.jianshen123.net,

《5分钟壮阳》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com