

<<美足保健新体验>>

图书基本信息

书名：<<美足保健新体验>>

13位ISBN编号：9787534932106

10位ISBN编号：7534932106

出版时间：2005-1

出版时间：河南科学技术出版社

作者：マミ・レヴィ

页数：159

字数：150000

译者：郑文全

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：<http://www.tushu007.com>

<<美足保健新体验>>

内容概要

本书为读者详细介绍了美足、护足的各种方法。

<<美足保健新体验>>

书籍目录

你对自己的双脚满意吗？

从现在开始为时不晚，让你也拥有一双美丽的脚用古代流传下来的保健法，使双脚充满活力本书的使用方法减轻浮肿 整天坐在办公室里 从步行的疲劳中解脱出来 用穴位按压法减轻浮肿 洗澡的同时消除浮肿 双脚灼热更加难受 使自己的双脚不会轻易浮肿 摆脱容易浮肿的体质 彻底消除严重的浮肿后开始困倦 脚腕变粗的起因可能是浮肿 双手、脸和双脚同时浮肿 拥有一双纤细的美腿 想方设法预防脚部浮肿 乘坐飞机时双脚肿胀难忍消除疲劳 穿了一天高跟鞋之后，浑身精疲力竭 穿尖细的鞋子使脚尖跟着遭殃 因工作时一直站立、回家时筋疲力尽 整日坐着，双脚酸软无力 长时间地步行，膝关节感到疼痛 穿了不合脚的鞋子，脚尖疲惫不堪 很久不运动，偶尔运动一次引起小腿肌肉疼痛 很久不穿高跟鞋，偶尔穿一次脚腕感到非常疲劳 稍一运动腿部就感到疲劳 步行疲劳引起小腿疼痛 不想把脚部的肿胀疲劳留到第二天！

抽筋 双腿沉重，心情随之郁闷 脚部肿胀，并伴有刺痛感改善怕冷体制 腰部以下身体发冷 长时间站在寒冷的地方，脚尖发冷！

在空调房中站立工作，会感觉发冷和疲劳 用更加简便的方法促进腿部血液循环 改善容易发冷的体质 尽管天气并不寒冷，站在外面脚尖仍然..... 不单单是双脚发冷、身体状况也不佳 脚趾可能出现了冻伤皮肤护理.....趾甲护理防治脚部疾病治疗拇趾外翻

<<美足保健新体验>>

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:<http://www.tushu007.com>