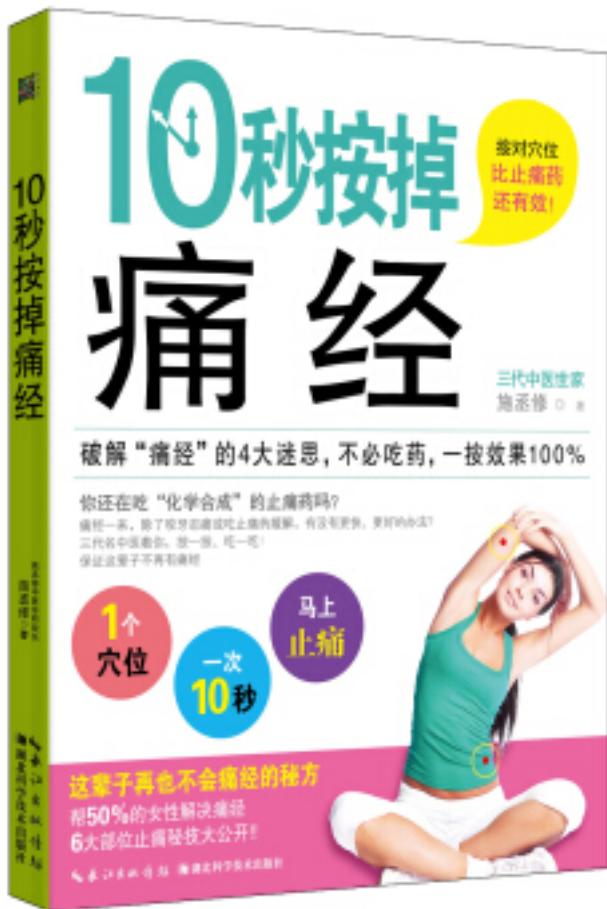


10秒按掉痛经



[10秒按掉痛经 下载链接1](#)

著者:施巫修 著

[10秒按掉痛经 下载链接1](#)

标签

评论

四物汤是一种很补血的基本方剂，许多药方都是从它衍生而来。

女人一定要健康减肥，这本书倡导的就是健康的一种生活方式。

帮助50%女性解决痛经，这本书公开了六大部位止痛秘籍。

我身体不好，可能跟子宫不健康有关联，需要调理一下了。

这本书简直是女生的救星啊，每次痛经都感觉生不如死的。

与其说是缓解痛经书，不如说是一本女性经期保健书。

把握黄金调理期，通过这本书一定要重视月经呢。

吃对六大营养素，轻松度过生理期很容易。

准确地回答了我之前的疑惑，继续看。

学到一些不曾了解的妇科常识。

价格不错，给家人买的很满意。

内容很全面，值得购买

特意买了，我得好好学学

很好的，多次买了，放心买。

人丑多读书，学习无止境

书的质量还是不错，希望能有点作用。

很好的东东，值得购买，继续。

终于买到了传说中满200省100了。

东西很好。不善于评论。。哈哈

按一按就能按掉痛经？好神奇 要试一下

内容一般好多都不实用，不知道怎么编的。不知道管不管用

还行，但是为什么我女朋友没看懂

照书试着按过一次，好像有点效果，不知道是不是心理作用

很好，按摩都有配图，清晰明了

不知道好不好，还要下次试试

买给老婆的就给老婆摁了两次就懒得管了！老婆还是很爱我的

习惯性好评，在京东购物就是图方便，质量当然不担心

恩恩，不错的书，感觉有作用

不错，值得一看，是正版哦

不仅教了痛经的缓解方法，还教了生理期间感冒、肠胃不适、失眠、焦虑等的缓解方法，非常满意。

很好，等待效果

虽然不知道是不是10秒就能解决，但是从中医的角度看书中讲到的方法还是很科学的。

很喜欢书里103页开始的经典饮食疗法，有我最爱的藏红花茶，原来也对子宫好。

帮同事买的，看的我不好意思

很好很不，错物流很快很迅速，快递很好。。。。

能让读者轻松了解到中医师是如何看待、治疗痛经，详细分析了痛经的前因后果。

感觉不错，女朋友看了扔给我了，大家懂的

很不错的一本书，对我帮助很大！

书到了，不错，保护很好，不知道有没有用

额。 。 。 。 。 。

本书开始附带了实用的穴位介绍图，通过按摩和食疗结合引导读者入门中医。

翻了下，有空好好看看，希望能有效。

通过书了解到，女性寿命80岁来计算，那么月经年限就占了人生一半岁月。

帮别人买的

可口可乐了可口可乐了可口可乐了考虑考虑

刚刚肚子很疼连带腰很酸，找到相应的穴位按了两下似乎有所缓解了，不错。

买给女票备用的 学习了一段时间

作者根据读者自身体质分门别类调理，详细梳理5大症状专属的最佳食疗。

很快就收到了，希望我的宝贝能好点吧！

感觉有点坑的书，没啥用

很好 是正品 我来评价一下子的 很喜欢

希望书里的内容有效果，让她不再难受

你一营业厅累牛闺密名字呀嘻嘻嘻嘻

看了这本书知道了好多，真的是本好书啊

每次经期时都很难受，除了趴着什么也做不了，这次希望真的有效果吧。

按照这本书的建议，通过拉筋、按摩、食疗等自我保健法来疏通经络。

中医学过于深奥难懂，让想借助中医来改善常年痛经的我摸不到头脑。

这本书的好处在于教你从内到外的调理，从而达到治标又治本的目的。

原来我们一直以来用的一些土方子可能会起到反作用哦，太可怕了。

不知道，不是给我用的，没看

送人的，希望看了有帮助。

太惊讶了，作者竟然是个男人，他竟然能对月经分析的这么透彻。

还可以不错期望下次再买

还教了生理期间感冒、肠胃不适、失眠、焦虑等的缓解方法，不错。

痛经是很多人常遇到的情况，只是很少有人知道如何正确对待。

东西不错很喜欢，京东买的放心品质

内容其实都是我们知道的，贵在坚持吧。

30多个穴位按摩快速解决恼人的月经痛。

良好的生活习惯，规律的有氧运动，才是容光焕发的不二法门。

不错 速度又快，服务态度又好又不错 速度又快，服务态度又好又

以为是本单纯的按摩书，没想到还有不少相关食谱，很实用。

质量很好，我非常满意。

本书提供中医养生、西医保健以远离月经疼痛的保健方式。

送老婆的，希望她再别头疼了。

除了按穴位外，还学了一些经期前后的小常识，非常实用。

现代医学角度来看，大多数痛经的原因在于子宫异常。

10秒按掉痛经10秒按掉痛经

调理好子宫，让生理周期有规律，减肥自然就实现了。

值得一看，只是内容太少了！

不仅是一本痛经书，也是一本女性保健书，值得购买。

这是一本实用价值很高的保健书籍，值得细细品阅。

以前不懂总是瞎按肚子，看了这本书后纠正了些手法。

这本书图文并茂，中西汇通，内容丰富又言简意赅。

这本书还可以，反正是给别人买的，表示有点用处

痛经已经困扰我多年了，希望这本书真的能帮到我

看了这本书，才知道月经的重要，平时太忽略了。

刚刚翻看了一下，方法挺复杂的，回去慢慢研读吧

很好的一本书，值得一看。

送给朋友的，朋友痛经经常不好，希望能有用。

很好是第二次买了，很好

快递员很客气，买了买没看

呦呦呦，切克闹浓浓1

此书更像给我们上了一堂女性生理卫生课。

台湾医生写的一本月经书，看起来很权威。

内容写的很好，按摩方法和瑜伽方法很实用。

好好好好好好好好好好好好

月经的年限就占了女人人生一半的时间。

作者是妇科名医，写的书应该值得阅读。

朋友推荐我买这本书，说非常适合我看。

希望这本书能帮助我脱离多年痛经困扰。

对我有帮助的说，尤其后面一些食谱。

女生都应该看看学一学的中医妇科按摩，

家人身体不好，买了这本书想了解下。

刚刚试验了一下还真是很管用，好书。

因为想了解这方面，特地买了这本书。

原来中西医对痛经的看法并不相同。

收到书就爱不释手，书的质量很好。

很好，按书调理后现在身体好多了。

很好，按书调料后现在身体好多了。

好用好用好用好用！！

买了几本女性保养健康书，都不错。

妈妈帮我买的，看了一下还可以。

看了这本书学会了正确按摩方式。

好，内容很丰富，对我帮助很大。

台湾医师写的书，看起来很权威。

很好的一本书，真是物有所值.

不错 价格便宜不错 价格便宜

看了这本书学会了正确按摩方式。

很不错快递很快

印刷质量很好，包装的也很好。

一口气看完的，很值得一读啊

10秒按掉痛经。10秒按掉痛经

女人一定要关爱自己的身体。

很大一本书，纸张质量很棒！

学到不少妇科知识，实用。...

这本书教的方法有一定效果。

还在实践中，可以参考参考

书里的内容很值得借鉴啊

挺好的，还是在于坚持。

书店看到后买的，还不错。

给家人买的书，还不错。。。。

女人都需要重视痛经问题。~~~

这次买的书都很不错！！！

满200减100，划算

东西不错，基本符合预期

非常满意非常满意非常满意非常满意

便宜又实惠，送货超级快

书到手了，内容还不错

刚到的，还没看，够速度

挺好的，很实用。喜欢

比书店便宜，是正版的

这本书买的相当值！

教会我正确按摩痛处。

很有用的一本书

还不错。很喜欢.....

图挺多的，，还可以，，，，，

还行吧，并没有说很超值

不错噢还行

准备来一场说走就走的旅行准备来一场说走就走的旅行准备来一场说走就走的旅行

买来学一下

很不错的书，很详细，值得购买

已完成已完成已完成已完成已完成已完成已完成已完成已完成

还可以吧

东西很好……

按书上我咋有些不太管用

凑活吧

随便看了下，就是没坚持。

不错

没用

还行

好。

长度在5-200个字之间

填写您对此商品的使用心得，例如该商品或某功能为您带来的帮助，或使用过程中遇到的问题等。最多可输入200字

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

彻底对精狗放弃了！也只有一线城市服务现在还稍微好点，送货稍微快点，其他地方连古代骑马还慢。上个月买的东西这个月还没到，都快两个星期了！我在杭州江干区！有这么偏僻难送吗！！！找客服解决问题比见明星还难！！终于有一天见到了也不给解决问题！！投诉也没地方投诉！！就是一黑店作风啊！！更让我气愤的是一起精狗定的精狗自营礼物送给追求中的女友的，结果跟羊拉屎一样一个一个到，可恶的是隔两天到一个，更可恶的是先到一个12块五毛钱的赠品暖宝宝！！！现在好了，情人节单身了。精狗，算你们狠！哥也任性一回，以后不会再有好评了！！！

黄生允修借书。随园主人授以书而告之曰：

“书非借不能读也。子不闻藏书者乎？七略四库，天子之书，然天子读书者有几？汗牛塞屋，富貴家之书，然富貴人读书者有几？其他祖父积、子孙弃者无论焉。非独书为然，天下物皆然。非夫人之物而强假焉，必虑人逼取，而惴惴焉摩玩之不已，曰‘今日存，明日去，吾不得而见之矣。’若业为吾所有，必高束焉，庋藏焉，曰‘姑俟异日观云尔。’

余幼好书，家贫难致。有张氏藏书甚富。往借，不与，归而形诸梦。其切如是。故有所览辄省记。通籍后，俸去书来，落落大满，素灰丝时蒙卷轴。然后叹借者之用心专，而少时之岁月为可惜也。”

今黄生贫类予，其借书亦类予；惟予之公书与张氏之吝书若不相类。然则予固不幸而遇张乎，生固幸而遇予乎？知幸与不幸，则其读书也必专，而其归书也必速。为一说，使与书俱。”

10秒按掉痛经 下载链接1

书评

10秒按掉痛经_下载链接1_