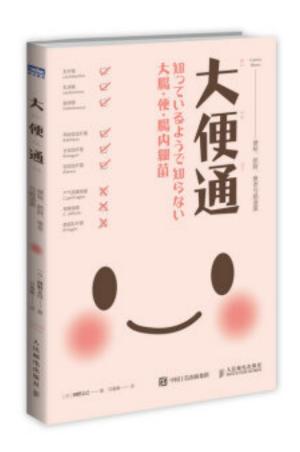
大便通便秘 肥胖 衰老与肠道菌



大便通便秘肥胖衰老与肠道菌_下载链接1_

著者:[日] 辨野义己著,甘菁菁译

大便通便秘肥胖衰老与肠道菌_下载链接1_

标签

评论

还不错,然而我直接看结论去了。。



	京东物
 编辑推荐买来看看	

书很薄,很短时间就可以看完,之前是在图灵邮件里面推荐的这本书,加上京东促销一块买了,内容上来说算是一种科普型性的东西,而且叙述多少有些不严谨。不过从中多少还是了解到一些东西。总结下来就是: 1.健康的人至少每天拉次大便2.柔软的大便才是健康的象征3.很丑的屁和大便是不健康的表现4.规律性的多吃蔬菜和酸奶是健康的生活5.从大便可以判断最近的生活身体状况

 非常薄,另外这本书基本上封面上的几个字就可以概括内容了。
 不错哦哦哦哦哦哦哦
 真的不得不佩服日本人做这番研究。。
 从图灵教育的微博上看到的这本书,希望能有帮助
 大便通 便秘 肥胖 衰老与肠道菌_下载链接1_

书评

大便通 便秘 肥胖 衰老与肠道菌_下载链接1_