

薪殿健康食品 薪殿国际 薪殿

产品名称	薪殿健康食品 薪殿国际 薪殿
公司名称	广东薪殿国际贸易有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	广东省东莞市东城街道火炼树社区东莞大道11号 环球经贸中心
联系电话	13302695969

产品详情

幻妍美容，幻妍去斑，幻妍美白，幻妍去皱纹

秋天减肥必知的五个饮食要点：

1. 睡前3小时严禁进食！晚上吃进去的糖分会全部转化为脂肪，滞留在身体里面，所以晚饭应该尽量早吃！
2. 晚饭不吃碳水化合物！碳水化合物虽然是人体所需3大营养之一，但食用过多却是肥胖的根源。晚上就免了吧，可在早餐中加入碳水化合物，为大脑活动补充能量。每餐中的碳水化合物的参考含量：切片面包1片：大约28克；米饭1碗：大约55克
3. 保持现有食量！虽然说是大吃大喝。但也不能暴饮暴食，每口要咀嚼至少30次，以刺激大脑发出饱的信号。
4. 每顿饭不能只吃单一食物！拉面、盖饭这种单一食物，会容易吃得较快，薪殿品牌加盟，而且营养不均衡，对减肥不利，需要改正。减肥中需要多吃蔬菜，以保持营养均衡。
5. 日常生活中能动就动！想要在2周内减掉3KG，运动是必不可少的，不需要特别去做运动，随时随地能动就动，消耗热量才是王道。

薪殿国际集团始创于1996年，薪殿，总部设立于台中市。公司拥有自主农产品土壤培育技术、及无尘空间活菌培育技术，通过科学的培育、生产和管理，做到产品每一个生产环节的可预见、可控制、可追溯，保障产品质量。公司的所有产品粹取于植物、种子、水果等，有独特的蔬果净地土壤种植基地，独创的土壤培育技术，成就了独特的农产品，薪殿美容加盟，在台湾畅销23载。

薪殿连锁加盟，薪殿招商加盟，薪殿品牌加盟，薪殿健康食品

按1摩减肥的坏处都有哪些

1、危害坏处

如果自己的体质特别的虚弱或者是在饥饿的状态下去按1摩的话，就有可能出现昏厥的现象，一旦出现这一现象，就要立即停止按1摩，然后让昏迷的人平躺在空气流通状况比较好的地方，经过休息之后一般就可以自行恢复。还有的按1摩师技术不是很好，在按1摩的时候可能会导致患者的皮肤出现破损，这个时候只需要采取一些措施预防继发性的感1染就可以了。

2、注意事项

按1摩应该要在饭后两小时在进行，如果处于饥饿或者是暴食的状态下都是不适合去进行按1摩的，然后还要集中精力，用力要均匀，腰腹部用力要小一点儿，避免对脏器造成伤害，女性在月经期间或者是分娩过后最1好是不要做按1摩，患有恶1性肿1瘤以及化脓性疾病的人是不适合做按1摩的。

其实和按1摩减肥的好处相比，按1摩减肥的坏处几乎可以忽略不计，只要选择一家正规的场所和有经验的医师，一般是不会出现上述的那些不良反应的，按1摩减肥虽然效果较好，但是还是需要长期的坚持，薪殿健康食品，指望按1摩几下就快速的瘦下去那是不可能的。

薪殿国际集团始创于1996年，总部设立于台中市。公司拥有自主农产品土壤培育技术、及无尘空间活菌培育技术，通过科学的培育、生产和管理，做到产品每一个生产环节的可预见、可控制、可追溯，保障产品质量。公司的所有产品粹取于植物、种子、水果等，有独特的蔬果净地土壤种植基地，独创的土壤培育技术，成就了独特的农产品，在台湾畅销23载。

健康又营养的减肥瘦身食谱

早餐：鲜榨的橘汁、麦片粥(先把燕麦在牛奶中浸泡一晚上，再和切碎的苹果丁、淡黄葡萄干、一点麦芽、一勺蜂蜜一起熬成粥)，抹一点黄油的烤面包，绿茶。

这是一份高谷物、高纤维的早餐。麦片粥可以帮助你降低胆固醇;麦芽富含维生素E;两份饮料——绿茶和鲜橘汁，含大量的维生素。

早茶：豆奶

这是摄入植物性雌激1素的极1好办法。一大杯豆奶可以帮你摄入30~40mg的植物性雌激1素，差不多是日本人摄入量的一半。植物性雌激1素已被证明可以大大降低患乳1腺癌的几率。它还能通过平衡体内激1素来提高你的PMS。

薪殿国际集团始创于1996年，总部设立于台中市。公司拥有自主农产品土壤培育技术、及无尘空间活菌培育技术，通过科学的培育、生产和管理，做到产品每一个生产环节的可预见、可控制、可追溯，保障产品质量。公司的所有产品粹取于植物、种子、水果等，有独特的蔬果净地土壤种植基地，独创的土

壤培育技术，成就了独特的农产品，在台湾畅销23载。

薪殿健康食品-薪殿国际(在线咨询)-薪殿由广东薪殿国际贸易有限公司提供。“酵素,健康食品”就选广东薪殿国际贸易有限公司（www.ucs101.com），公司位于：广东省东莞市东城街道火炼树社区东莞大道11号环球经贸中心，多年来，薪殿国际坚持为客户提供好的服务，联系人：张先生。欢迎广大新老客户来电，来函，亲临指导，洽谈业务。薪殿国际期待成为您的长期合作伙伴！