

Uống nước đúng lúc... Rốt quan trọng ...

Tác Giả: SE sáu tâm

Thứ Sáu, 22 Tháng 4 Năm 2011 06:16

Uống nước đúng lúc... Rốt quan trọng ...



Đây là tất cả sự thật!! Bên cạnh việc uống lượng nước tối thiểu để giúp tổng xuất các độc tố ra khỏi cơ thể của bạn.

Uống nước đúng thời điểm... Rốt quan trọng

Những lợi ích khuyến khích mọi chuyên gia tìm!



Uống nước có lợi ích gì? Hãy thử đa dạng hóa hình thức của nó trên cơ thể:

2 lý do sau khi thức dậy - giúp kích hoạt các cơ quan nội tạng

Uông n c lu c na o ???

Tác Giả: SE s u tâm

Thứ Sáu, 22 Tháng 4 Năm 2011 06:16

1 ly n c 30 phút tr c b a ăn - giúp tiêu hóa

1 c c n c tr c khi đi t m - giúp gi m huy t áp

1 c c n c tr c khi đi ng - tránh đ t qu ho c đau tim