



Potencjalne porady

Cena	39.50 zł
Dostępność	niedostępny online - sprawdź w sklepie stacjonarnym
Numer katalogowy	9788389375650
Kod EAN	9788389375650
Producent	KOS
Autor	Zbigniew Ogrodnik

Opis produktu

Słynny szejk Nefzawi zachwalał jajka, powiadając, że „ten, kto zwyczajem uczyni po codziennym poście zjeść żółtka jaj, bez części białej, znajdzie w tym pożywieniu silny bodziec do stosunku”.

W miłosnej diecie nie powinno być zbyt dużo alkoholu. Tylko jego niewielkie dawki działają jako afrodyzjak. Nadmiar zazwyczaj usypia, a nie pobudza. Alkohol tylko w pierwszej chwili sprawia, że krew krąży szybciej, później niestety zanika nie tylko sprawność intelektualna, ale też seksualna.

Należy też wiedzieć, co może skutecznie zabić miłość. Przede wszystkim są to tłuszcze zwierzęce, które nie tylko tuczą, ale niekorzystnie wpływają na układ krążenia i gospodarkę hormonalną. Obniżają one poziom najważniejszych hormonów, męskiego testosteronu i kobiecego estrogenu.

Niekorzystny jest także nadmiar nie tylko alkoholu, ale także kawy. Oba te płyny wypłukują z organizmu magnez, którego brak uwidacznia się szybszym zmęczeniem, a co za tym idzie brakiem zainteresowania seksem. Potrawy mączne i zbyt obfite desery nie są też sprzymierzeńcami kochanków. Także papierosy to absolutny wróg miłości.

Najważniejsze substancje, jakie powinien zawierać afrodyzjak to alkaloidy, substancje hormonalne, których wytwarzanie potocznie przypisuje się człowiekowi. Okazuje się, że rośliny także potrafią wytworzyć podobne substancje, o bardzo zbliżonym działaniu. Oprócz tego afrodyzjaki powinny być bogate w witaminy oraz makro- i mikroelementy.

Pozostałe informacje (w formacie PDF):

[Od autora](#)

[Spis treści](#)

[Przykładowy fragment książki 1](#)

[Przykładowy fragment książki 2](#)

[Literatura](#)

[W przygotowaniu](#)

ISBN: **83-89375-69-9**

liczba stron: **192**

format: **A5**

oprawa: **twarda**