

<<中国茶疗>>

图书基本信息

书名：<<中国茶疗>>

13位ISBN编号：9787109110731

10位ISBN编号：7109110737

出版时间：2006-8

出版时间：中国农业出版社

作者：林乾良，陈小忆 编著

页数：345

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<中国茶疗>>

内容概要

茶，源于中国，今系世界上最为广大群众所喜爱之饮料。

自古以来，中国传统认为饮茶对于人类的益寿保健有很大好处。

数千年来，中医视茶若药。

关于茶的防治疾病效能，在历代的医学、茶学文献中有很多的记载。

唐代陆羽所著《茶经》，为世界著名的茶的经典著作。

该书对茶的功效应用、州县所出、制造过程、饮用方法等均有详尽的记载。

陆羽是中国古代茶文化的奠基者，因其首创之功而被后世奉为神圣。

大约在公元740年成书的《本草拾遗》(唐代陈藏器撰)中，已称茶久服可以“去人脂”、“令人瘦”。

该书并精辟地指出：“茶为万病之药。

”明朝李时珍的伟大著作《本草纲目》，曾汇集百家言而对茶的功能如强心、利尿、提神等加以缕述

。约在公元6世纪，茶可能缘于佛教的关系而由中国传入日本。

开始时，饮茶之风仅在佛教上层人物与贵族之间流行。

以后，遂广泛地盛行于僧侣中，以抗坐禅时的昏昏欲睡。

大约在800年前，佛学大师荣西到中国宋朝来学习南方禅宗，同时学到茶文化。

他在所著《吃茶养生记》中的第一章，即称赞茶为长生不老之灵丹妙药。

荣西将从宋朝带回之茶种在日本种植成功，并对在日本提倡饮茶习惯有很大的贡献。

到了公元15世纪，日本茶道已经形成，日本茶文化进入黄金时代。

此后，茶逐渐地在日本变成为每日必不可少的大众饮料了。

近代大量的科学研究，阐明了茶叶中的化学成分及其生理效能。

例如：咖啡碱具有兴奋中枢神经的作用，维生素C具有抗坏血病作用等。

近年来的研究更已阐明：茶叶中所含的儿茶素(为茶多酚最重要的组成)具有多种有益人体的活性。

诸如：抗氧化作用、抗致癌作用、抗心血管病变作用、抗糖尿作用、抗过敏作用以及抗菌、抗病毒等

。此外，茶叶的丰富成分中还有很多具抗氧化作用的物质，如黄烷醇、B-胡萝卜素，以及锌、锰、铜、硒等。

总之，茶对包括恶性肿瘤在内的许多慢性疾病都有良好的预防、治疗作用。

1996年秋，“茶的文化与效能国际会议”在日本召开。

林乾良教授应邀来日，在会上作题为《中国古代的茶疗》的招待演讲。

林教授的演讲，对中国传统的茶疗论析得十分博大精深，给与会者以非常深的印象。

“茶疗”一词，即由林教授于1983年提出。

自那以后，他为茶疗体系的建立进行了不懈的努力。

他曾广泛查阅数百种有关茶与医学的文献，将中国关于茶的传统功效整理为24项。

他积十多年研究的成果，编著为《中国茶疗》一书。

在此之前，他已经发表有关茶疗的论文40篇，书两种。

无疑，林教授是茶疗这一领域的领先者。

《中国茶疗》分成两篇：上篇总论，有茶的药用史、茶寿、茶的疗效、茶的有效成分、茶的用法等章；下篇各论，分科系论述有关茶疗的理论与实践。

对于有兴趣于茶疗领域的科技人员与一般群众，本书都将是很有用处的读物。

我深信：《中国茶疗》对于茶科学与人类健康的发展都将作出很大的贡献。

<<中国茶疗>>

作者简介

林乾良 1932年生于福建福州。

1955年毕业于浙江大学医学院，留院任外科医师。

近50年来，在中西医结合上成就恢宏，得部级奖1项，省市级奖多项。

发表论文两百多篇，医学专著30多种。

任全国主编者如中医专科统编教材《中药学》以及《养生方集成》、《中药成人教育系列教材》

<<中国茶疗>>

书籍目录

序上篇总论 第一章 茶 一、茶源 二、茶的考古 三、从茶论茶 四、陆羽与《茶经》 五、茶为国饮 六、茶文化三字歌 第二章 茶寿 一、米寿与茶寿 二、书画篆刻颂茶寿 第三章 茶疗 一、茶疗简介 二、茶为万病之药 三、茶疗的分类 四、保健茶 第四章 茶的药用史 一、从本草论茶 二、茶疗简史 第五章 茶的疗效 一、茶的传统功效 二、茶的现代功效 第六章 茶的有效成分 一、生物碱类 二、多酚类 三、维生素类 四、矿质元素 五、氨基酸与蛋白质 六、其他成分 七、茶色素 第七章 茶疗的用法 一、内服法 二、外用法 三、体外应用 第八章 茶疗的制剂 一、茶疗的方剂 二、传统制剂 三、现代制剂 四、药膳与茶疗 五、红茶菌 第九章 茶疗注意点 一、大瑜与小瑕 二、辨证用茶 下篇 各论 第一章 心血管疾病的茶疗 一、肥胖病的茶疗 二、高脂血症的茶疗 三、动脉粥样硬化的茶疗 四、冠心病的茶疗 五、高血压的茶疗 第二章 神经系统疾病的茶疗 一、有关提神的茶疗 二、有关镇静安神的茶疗 附：老年痴呆与帕金森氏病 第三章 消化系统疾病的茶疗 一、有关消食的茶疗 二、有关解酒的茶疗 三、痢疾的茶疗 四、慢性肝炎与肝硬化的茶疗 附：溃疡病 第四章 呼吸系统疾病的茶疗 一、感冒的茶疗 二、咳喘的茶疗 三、肺病的茶疗 四、咽喉炎的茶疗 五、鼻渊的茶疗 第五章 泌尿系统疾病的茶疗 附：茶多酚治肾疾 第六章 妇产科疾病的茶疗 第七章 眼科疾病的茶疗 第八章 龋齿的茶疗 附：口腔炎与口臭 第九章 癌症的茶疗 第十章 糖尿病的茶疗 第十一章 有关清热解毒的茶疗 一、有关解暑止渴的茶疗 二、有关抑菌消炎的茶疗 三、有关解毒的茶疗 第十二章 有关抗老养生的茶疗 一、有关抗衰老的茶疗 二、有关益气疗饥的茶疗 三、有关抗辐射的茶疗 四、有关补血升白的茶疗 第十三章 有关美容及其他的茶疗 主要参考文献

<<中国茶疗>>

章节摘录

书摘速溶茶，又称可溶茶、结晶茶。

顾名思义，它是一种结晶形，可以完全而且较快地溶解于水(无渣)的茶叶的新剂型。

速溶茶开始于20世纪40年代，是近年来国际市场上较为盛行的茶叶新品种。

从工艺上说，它是茶叶水溶部分再干燥的产品；从化学上说，它基本上含有茶叶的诸多有效成分。

所以，与饮茶(用茶叶泡饮或煎饮)并无两样，当然，比饮茶的色、香、味、形四美未免有些不足。

但速溶茶本身也有许多优点，足以当之。

所以，从动态上看，速溶茶的发展是很有前途的。

估计，在国外市场的发展较快；我国国内会差得多，多数人仍喜欢用茶叶冲泡。

但在航空、旅游、行军、野外工作等情况下，速溶茶还是很适用的，足以弥补一般饮茶方法的困难。

速溶茶的制造，一般用成品茶来再加工，但也可以用茶的鲜叶或半成品(毛茶)，后两者要经济得多。

一般都用沸水浸提法，即用沸水作为溶剂，将茶中水溶性部分迅速地提取出来。

浸提液经过过滤、浓缩、干燥等工艺过程，制成为易溶于水而无渣的粉状、颗粒状、结晶状或小片状。

其优点是比袋泡茶更加浓缩与方便，可能在口感及芳香上略有不及。

我国的速溶茶生产大约于70年代末起步，首先在上海、杭州、长沙等地试产。

开始，研制的是真空冷冻干燥的产品；其后，研制了喷雾干燥的产品。

两种方法，各有其优缺点。

前者因系在低温状态下进行干燥，故能较好的保持茶的香味，但有费时多、能耗大、成本高的缺点。

喷雾干燥法则可迅速干燥，能耗小，成本低，成品流动性好，唯一的缺点是香味散失较大。

速溶茶的品种也很多。

目前，除了纯速溶红茶、纯速溶绿茶以外，还有用速溶茶、果汁、香料、糖等配制的各种调味速溶茶。

按其溶解的性能，又可分为热溶与冷溶两大类。

当然，冷溶的工艺要求较高，热溶则较接近于通常的饮茶。

目前世界速溶茶产品中，以美国利普敦牌速溶茶的溶解性为最好，据云可直接溶解于冰水中，可见工艺之精。

冷溶以至于冰水溶，当然是作为冷饮的，似较一般的凉茶要更胜一筹。

在我国的产品中，热溶的如上海的新芽牌，冷溶的如湖南的芙蓉牌，均已知名。

速溶茶近几年来发展很快，如印度、斯里兰卡、肯尼亚、乌干达等国均制造速溶茶；甚至一些不产茶的国家，如美国、英国、德国、瑞典、加拿大等，也自行制造速溶茶。

据估计，速溶茶占茶贸易总量的30%，约50万担。

不论是产量之大，以及用量之多，都是美国第一。

我国生产的纯速溶茶及调味速溶茶——柠檬茶，已在美国、法国、比利时及我国的港澳地区试销，颇受欢迎，国内市场也有少量供应。

P113-114

<<中国茶疗>>

编辑推荐

茶，源于中国，今系世界上最为广大群众所喜爱之饮料。

自古以来，中国传统认为饮茶对于人类的益寿保健有很大好处。

数千年来，中医视茶若药。

关于茶的防治疾病效能，在历代的医学、茶学文献中有很多的记载。

本书内容分成两篇：上篇总论，有茶的药用史、茶寿、茶的疗效、茶的有效成分、茶的用法等章；下篇各论，分科系论述有关茶疗的理论与实践。

对于有兴趣于茶疗领域的科技人员与一般群众，本书都将是很有用处的读物。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>