

<<饮茶与健康>>

图书基本信息

书名：<<饮茶与健康>>

13位ISBN编号：9787109114265

10位ISBN编号：7109114260

出版时间：2007-1

出版时间：中国农业

作者：骆少君

页数：156

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>

## <<饮茶与健康>>

### 内容概要

茶，从菜食，药用到饮料，经历了无数个春秋的磨炼，几乎与我们的祖先，同时在这块在地上诞生。茶，从栽种、加工，到品饮，无时不具有生命，是一首为人类的健康和繁荣而谱写的交响曲。数千年来，无论在政治、经济、科学和文化及日常生活中，茶都与我们这古老的国家戚戚相关，同生共长，它默默地维护着我们世世代代的健康，增进了我们民族的繁荣，为我们创造了精神文明和无穷无尽的财富，是我们东方文化和健康的源泉，几乎成了造物主给予我们的恩赐。

把饮茶与健康，尤其是对当今的重要性介绍给广大读者，是我们茶人义不容辞的历史使命。

本书从饮茶的历史、茶的功能和研究进展、饮茶的益处及民间茶疗方、饮茶要领等方面，尽可能比较全面、科学、客观地介绍了饮茶对健康的作用及有关的实用知识，期望成为读者的有益参考。

## <<饮茶与健康>>

### 书籍目录

出版说明前言一、茶与医学 (一) 古时论茶效 (二) 国外早期对“茶与健康”的论述 (三) 近期国内外茶叶保健功能的研究进展二、茶叶的保健作用 (一) 茶叶的化学成分 (二) 主要功效成分 (三) 茶汤对水质的改善作用 (四) 各种茶类的保健作用 (五) 茶树其他部分的利用 (六) 茶叶美容法 (七) 茶与精神健康 (八) 民间茶疗法三、科学饮茶 (一) 茶叶基本知识 (二) 茶的选购与保管 (三) 茶的饮用方法与茶效 (四) 不同茶类的适饮性四、病患者饮茶的注意事项 (一) 茶与服药 (二) 茶与神经衰弱患者 (三) 茶与消化系统患者 (四) 茶与心血管病患者 (五) 茶与糖尿病患者 (六) 茶与缺铁性贫血患者及孕妇

<<饮茶与健康>>

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>