

<<对症养生茶饮>>

图书基本信息

书名：<<对症养生茶饮>>

13位ISBN编号：9787506446303

10位ISBN编号：7506446308

出版时间：2007-10

出版时间：中国纺织出版社

作者：纪戊霖 编

页数：260

字数：216000

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>

<<对症养生茶饮>>

内容概要

喝茶就能养生！

严选最常用的203种泡茶配方，汉方药草、青草药、芳香花草、五谷蔬果食材等，材料随手可得制作出最HOT的214道养生茶饮。

将泡茶材料与茶叶巧妙搭配，道道都有保健功效。

包括神经系统、代谢内分泌系统、心血管系统、脸部美容美白、肝胆系统、呼吸系统、脾胃消化系统、泌尿系统、妇科疾病、筋骨系统、五官系统、皮肤系统、其他。

各系统再以症状区分茶饮：共74种症状包括头晕头痛、糖尿病、高血压、口臭，膀胱炎、感冒、食欲不振、便秘、鼻子过敏、美容美白、宿醉等。

只要“对症下药”，便能喝茶保健康。

<<对症养生茶饮>>

书籍目录

导读Part 1 健康身心·由茶疗开始 认识茶疗 茶的养生之道 茶叶的主要成分与药理功效表 茶的15大疗效 茶的营养成分 茶与药方的结合 茶疗的种类与特性 对症下茶 选好料,泡好茶Part 2 对症茶疗馆 一、神经系统 头晕头痛 川芎天麻茶\迷迭马鞭饮\菁芳头香茶\洋甘菊鼠尾茶\菖蒲天麻茶 失眠 浮麦洋参茶\薰衣草茉莉茶\枣仁洋参茶 心神烦躁 远志天麻茶\迷迭紫苏茶 抑郁症 百合浙贝茶\玫瑰银杏茶\香蜂柠檬草茶 身心疲劳 郁金龙眼茶\玫瑰薰衣草\柴胡洋参茶\鼠尾纾压茶 注意力不集中 白果天麻茶\七叶胆鼠尾茶\茉莉醒脑茶 神经紧张 浮麦白芍茶\茉莉金线莲茶\薰衣草橙花茶\鼠尾支香茶 二、代谢内分泌系统 三、心血管系统 四、脸部美容美白 五、肝胆系统 六、呼吸系统 七、脾胃消化系统 八、泌尿系统 九、妇科疾病 十、筋骨系统 十一、五官系统 十二、皮肤系统 十三、其他Part 3 附录药材介绍

<<对症养生茶饮>>

章节摘录

插图

<<对症养生茶饮>>

编辑推荐

喝茶就能养生！

《对症养生茶饮》严选最常用的203种泡茶配方，汉方药草、青草药、芳香花草、五谷蔬果食材等，材料随手可得制作出最HOT的214道养生茶饮。

<<对症养生茶饮>>

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>