第一图书网, tushu007.com

<<茶巧治病图解>>

图书基本信息

书名：<<茶巧治病图解>>

13位ISBN编号：9787535763594

10位ISBN编号：7535763596

出版时间：2010-10

出版时间：湖南科学技术出版社

作者：北京食物营养研究组　编

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书爱生活爱健康系列图解丛书之一，本书采用防水折页，方便实用。
中医认为，茶叶味甘苦、涩，性微寒、无毒，上可清头目，中可消食滞，下可利小便，是天然的保健饮品。
茶的食疗作用早在古代就被认知，《神农本草经》中就叙述了茶的药性和作用：“茶味苦，饮之使人益思，少卧，轻身，明目。
”《唐代的体草拾遗》也记载了“茶久食令人瘦，去人脂”。
现今，饮茶的减肥、健美、美容作用已在国内外广为流传，经常喝茶有益健康，这也是众所周知的事情。
茶叶具有生津止渴、消食利水、兴奋提神、除湿清热、去油腻、解酒除烦、助消化、祛暑热、消脂减肥、解毒止泻等功效。
对口干、小便不利、食积不消、过食油腻、热毒赤白痢、多睡不醒、饮酒过量、胸闷烦躁、身体肥胖、高血压等症均有较好疗效。
科学家发现，与简单地在盛有沸水的杯子里泡茶相比，用壶煮制的茶水更有利于健康，可以释放出更多的抗癌化学物质。
本图解中的药方。
请在中医师的指导下使用。

章节摘录

插图：

编辑推荐

《茶巧治病图解》：爱生活爱健康系列图解(49)

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