

<<传统茶饮保健康>>

图书基本信息

书名：<<传统茶饮保健康>>

13位ISBN编号：9787543927261

10位ISBN编号：7543927268

出版时间：2006-7

出版时间：上海科文

作者：余茂基

页数：224

字数：194000

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>

## <<传统茶饮保健康>>

### 内容概要

本书主要介绍用各种食物、茶，配以滋补药材，做成好喝又治病养生的茶饮。这些保健茶饮方具有原料易得、制作方便的特点。喝喝就能祛病养生，何乐而不为。

## <<传统茶饮保健康>>

### 作者简介

余茂基，出生于中医世家，早年毕业于江西中医学院，长期致力于中医经络理论的实践与研究。已出版专著：《实用针灸疗法大全》、《古代针灸医案释按》、《周氏经络大全注释》、《经络疗法与美容》、《徒手治百病》、《瓜果蔬菜治百病》、《进补百问》。在海内外各类专业刊物上

<<传统茶饮保健康>>

书籍目录

家庭常见疾病 呼吸系统疾病 普通感冒 流行性感 慢性支气管炎 支气管哮喘 过  
敏性哮喘 肺结核 循环系统、血液疾病 高血压 低血压 心悸心跳 高脂血症 冠  
心病 阵发性心动过速 风湿性心脏病 心肌炎 贫血 白细胞减少症 泌尿、生殖系统  
疾病 急性肾炎 慢性肾炎 水肿 肾及输尿管结石 蛋白尿 乳糜尿 尿路感染  
血尿 慢性前列腺炎 淋证 慢性肾功能衰竭 内分泌、代谢、神经、精神疾病 甲状腺  
功能亢进 单纯性甲状腺肿 糖尿病 痛风 头痛 ..... 消化系统疾病 眼耳鼻喉疾病  
儿科疾病 皮肤病 妇科疾病 其他抗癌美容美体 美容 美体 男女性保健 养生保健 紧急处理

## <<传统茶饮保健康>>

### 章节摘录

书摘小儿夏季热 婴幼儿由于阴气未充，阳气不足，因而在夏季不耐暑热，暑气乘虚侵入肺胃而容易发热，口渴多饮、多尿、汗闭。

秋凉后，即会热退身凉，大多自动痊愈，但如不及时医治，会影响小儿健康成长。

茶饮疗法 1. 柚子核15克，去壳，与冬瓜皮50克、核桃仁5克，一起煎汤，代茶饮，每日1次。

2. 薤菜、荸荠各500克，加水煎汤，每日1剂，分2次饮。

3. 鲜荷叶、苦瓜叶、丝瓜叶各10克，沸水冲泡，加盖闷10分钟，代茶分多次饮。

4. 空心菜(即薤菜)200克，荸荠6只，洗净切碎，共煮汤，每日服3次，连服1星期。

5. 马齿苋250克，水煮服，每日1次。

6. 鲜冬瓜叶、鲜苦瓜叶、鲜竹叶各50克，鲜荷叶一张，冰糖适量，煎汤代茶饮，每日数次。

7. 鲜藿香30克，鲜荷叶50克，鲜芦根100克，共研为末，煎水取汁，代茶频饮。

8. 荸荠250克，去皮煮烂，加水1000毫升，白糖适量，调匀，煮熟去渣，取汁，代茶频饮，不拘次数。

9. 桑叶10克，蜂蜜适量，同煮代茶频饮。

P95-P96

## <<传统茶饮保健康>>

### 编辑推荐

“百姓开门七件事，柴米油盐酱醋茶”。

不知何时起人们开始饮茶，不过可以确定，盛唐时期饮茶已到了“茶之为用，等于米盐，不可一日无”的地步，文人墨客大发“国不可一日无君，君不可一日无茶”之感叹。

至于茶中入药或以茶代药的历史，至少可追溯到西汉以前。

本书为“中医养生丛书”之一，深入浅出地介绍了能治疗各种家庭常见疾病、又能养生保健、美容美体的茶饮，原料易得，制作简单。

只要你喝喝茶饮，耐心养形，静心养神，度百岁而去，有何难哉？

！

<<传统茶饮保健康>>

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>