

<<中华养生药茶>>

图书基本信息

书名：<<中华养生药茶>>

13位ISBN编号：9787533753771

10位ISBN编号：7533753771

出版时间：2012-2

出版时间：安徽科技

作者：吴庆光//蓝森麟//刘明平

页数：348

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>

<<中华养生药茶>>

内容概要

中医自古就有“药食同源，医养同理”的说法，许多中药既是药物，也是保健养生的佳品。只要合理的选材搭配，一杯普通的药茶则蕴含丰富的药用养生奥秘。经过众多医家的临床研究改良，药茶更贴合现代人养生保健之理念。

本书编者根据多年的临床经验，将药茶与养生紧密结合，诠释了“传统、自然、简便、有效”的药茶养生保健理念；针对不同季节、不同体质及日常多发疾病预防与调养，收录了600多条药茶养生方。内容深入浅出，实用性、可操作性强，可作为家庭日常茶饮养生必备的实用指南。

<<中华养生药茶>>

作者简介

<<中华养生药茶>>

书籍目录

第一章 药茶简介

- 第一节 药茶的概念及历史沿革
- 第二节 药茶的特点
 - 一、药茶与中药汤剂的区
 - 二、药茶与凉茶的区别
 - 三、药茶的性能
 - 四、药茶的辨证施用
- 第三节 药茶运用的注意事项
 - 一、茶煲的选用
 - 二、制茶前准备
 - 三、水的选用
 - 四、火候的控制
 - 五、翻渣
 - 六、饮用时间
 - 七、饮用禁忌
 - 八、特殊人群饮用注意

第二章 四季养生药茶

- 第一节 春季养生药茶
- 第二节 夏季养生药茶
- 第三节 秋季养生药茶
- 第四节 冬季养生药茶

第三章 体质养生药茶

- 第一节 平和质养生药茶
- 第二节 气虚质养生药茶
- 第三节 阴虚质养生药茶
- 第四节 阳虚质养生药茶
- 第五节 痰湿质养生药茶

第四章 美容、保健、功能调理药茶

第五章 内科病证药茶

第六章 儿科病证药茶

第七章 妇产科病证药茶

第八章 外科、肛肠科、皮肤科、骨伤科病证药茶

第九章 眼科、五官科病证药茶

第十章 肿瘤科病证药茶

附录一 中医体质分类与判定

附录二 卫生部关于时进一步规范保健食品原料管理的通知

<<中华养生药茶>>

章节摘录

版权页：插图：

<<中华养生药茶>>

编辑推荐

《中华养生药茶》编辑推荐：单方药茶，养生全家。
药以茶而现，茶以药为用。

《中华养生药茶》针对现代人养生保健心理，结合专家多年经验，收录了六百多条单方药茶，教你防病治病，喝出健康。

<<中华养生药茶>>

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>