第一图书网, tushu007.com

<<养生茶饮新知全书>>

图书基本信息

书名：<<养生茶饮新知全书>>

13位ISBN编号：9787536955974

10位ISBN编号：7536955979

出版时间：2013-5

出版时间：谢文英 陕西出版传媒集团,陕西科学技术出版社 (2013-05出版)

作者：谢文英

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

内容概要

茶源于自然，经沸水冲泡后幽香阵阵，茶韵无穷，不仅能够调节心境，长期饮用，还有良好的延年益寿、祛病强身的作用，非常符合现代人的养生习惯。
谢文英主编的《养生茶饮新知全书》介绍了茶的多种用途、花草茶及中药茶的原料及正确的饮茶方法，并根据不同季节、不同体质、不同人群将茶饮分类，让您根据自身的需要及所患疾病对症饮用。

《养生茶饮新知全书》中列举了近百种简单的药茶保健饮方，针对个人体质，四季气候变化，不同人群，各种身体疾病不适症状等方面，内容深入浅出。
药茶制作简单，饮用方便，经济实用，是家庭养生茶饮制作最全面的一本指南。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

第一章 中国名茶与养生第二章 科学饮茶才健康第三章 调理养生与药草茶材第四章 养生茶饮之对症调养第五章 养生茶饮之四季调养第六章 养生茶饮之不同体质调养第七章 养生茶饮之不同人群调养

编辑推荐

谢文英主编的《养生茶饮新知全书》根椐当今社会人们的生活饮食习惯，基于中医养生与茶饮养生的深厚理论与实践基础，结合了现代医学和营养学作为补充，从家常医疗保健的角度出发，详细介绍了中国传统茶饮的养生保健功能以及茶饮养生保健治疗方，使全书既符合现代养生的需求，又具有传承传统文化的意义。

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