

<<中国味道(健康养生茶)>>

图书基本信息

书名：<<中国味道(健康养生茶)>>

13位ISBN编号：9787538430882

10位ISBN编号：7538430881

出版时间：1900-01-01

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：主编：马丽娜

页数：119

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>

## <<中国味道(健康养生茶)>>

### 内容概要

茶叶最初作为药物来使用，后来逐步发展成为一种饮料，并在充分认识茶的药用功效后，在单纯茶的基础上发展到保健茶。

保健茶，又称药茶，指以茶为主要原料，配伍其他的中草药制成的保健饮品，侧重保健养生。

从广义上讲还包括历代医家积累的养生治疗单方、验方之类的保健茶和民间公认的预防、保健和治疗相结合的代茶饮，侧重医疗疾病。

保健茶基本是以高档优质茶叶为主要原料，辅之以各种特殊功效的中草药，以传统中医理论为基础，综合现代研究新成果研制而成的。

保健茶首先是一种茶，具备茶的色、香、味，口感好，味道美，但不同于一般的茶叶，也不同于中草药品，而是取药物之性，饮茶之味，两者配伍、相辅相成，起到茶借药力，药助茶功的协同作用，收到饮茶与药物保健的双重效应，所以保健茶又是保健饮品，对人体健康有预防、保健、辅助治疗、滋补等作用，饮用方便，适应面广，并且效果比较好。

保健茶具有许多不同的功效，按其营养价值和药效功能可分以下几个大类： 1. 健美减肥茶，包括美白茶和瘦身茶两种。

2. 养生保健茶，主要针对一些病灶的对症治疗，如降脂降压茶、降血糖茶、防治感冒茶、生津止渴和清咽润喉茶等。

3. 滋补强身茶，这类茶包括益寿养身茶、醒酒解烟茶、滋阴补肾茶和补血补气茶等。

本书就是根据保健茶的这些性质，针对不同的病症和病理，配制了49种保健茶和滋补茶，这些保健饮品能起到治疗和预防疾病的作用、从而减少疾病的发病率，保持健康的体魄。

<<中国味道(健康养生茶)>>

书籍目录

序言 饮茶 的 学问 特种茶饮与健康保健茶 抗病茶 感冒茶 生葱茶 荆芥防风茶 止咳消炎茶 橘红止咳茶 温肺止咳茶 紫菀花茶 绿茶川冬饮 川贝母甘草茶 百部绿茶 丝瓜茶 藿香茯苓茶 藿香滑石茶 龙井菊花茶 乌龙白木茶 调理茶 发汗解表茶 陈醋茶 奶茶 暖脾补中茶 玫瑰佛手茶 降压茶 萝卜止咳茶 清凉保健茶 盐茶 甘草盐茶 薄荷甘草茶 杞菊茶 陈皮姜茶 绿茶蜂蜜饮 金银茉莉茶 滋补茶 减肥茶 美容茶 食材营养与禁忌速查

<<中国味道(健康养生茶)>>

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>