

<<花卉中的灵丹妙药>>

图书基本信息

书名：<<花卉中的灵丹妙药>>

13位ISBN编号：9787543937611

10位ISBN编号：7543937611

出版时间：2009-3

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：张志华 编

页数：161

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>

<<花卉中的灵丹妙药>>

前言

中华民族是一个爱美的民族，是世界上最早懂得用花卉美容的民族之一。据我国古代文献记载，早在2000多年前的殷纣时期“以红蓝花汁凝作燕脂，以燕地所制，故曰燕脂，涂之作桃花妆。

” 祖国医学认为，桃花有活血红颜、红花有养血祛斑、莲花有乌须黑发等美容作用，《红楼梦》中就有小姐、丫环们采集花卉制成美容护肤品的描述，有趣地叙述了贾宝玉嗜好偷吃女孩子的胭脂的情节。

由此可见，当时制作美容化妆品的原料都是用纯天然的花卉，贾宝玉偷吃了也不用担心会引起食物中毒。

据现代药理研究证明，许多花卉都含有各种生物碱、植物激素、花香素、酯类、有机酸、维生素和微量元素等成分，这些物质可抑制引起皮肤老化的某些酶类，增强皮肤细胞的活力，具有良好的护肤、养颜、美容作用。

现在，国内外美容专家从花卉中研究开发许多美容产品，尤其从各种花卉中提炼芳香油，具有独特的润泽肌肤、养颜香体的美容价值。

随着世界各国“绿色食物”的风行和人们生活水平的不断提高，人类要求回归大自然的意识越来越强，许多绚丽娇艳的观赏花卉也进入人们日常美容与防治疾病的行列。

一些久居烦嚣城市的人们，在百花争艳的季节到郊外、森林公园等地去休闲旅游，置身于这婀娜多姿、绚丽多彩、芬香幽幽的花卉之中，带着愉悦的心情，顺便采集、购买一些花卉，学着古人用花卉制作美容化妆品，是一件既浪漫又有意义的事情，会自己的生活带来不少的乐趣。

本书前几个章节就着重介绍一些花卉美容的“灵丹妙药”，有兴趣的读者可以自己动手学着做做看，这可让自己使用的美容护肤品返璞归真、回归自然，远离那些用化工原料制作的美容护肤品，更有利于肌肤健康。

<<花卉中的灵丹妙药>>

内容概要

我们以继承发扬祖国医学为原则，挖掘我国民间医术为宗旨，收集参考古今中医药学中有关花卉美容和防治疾病的文献，并收集了民间流传、祖传确有疗效的方子，现撰写成书。

本书所主张的“花疗”，大部分取自于人们常见的花卉，具有用材天然、方法简单、疗效独特，即使长期应用，也不会产生耐药性及毒副作用的诸多优点，可以说对防治某些疾病是很好的“灵丹妙药”，适宜于我国城乡普通家庭应用这些“灵丹妙药”来防治疾病。

书中介绍的大部分花卉可去中药房、茶叶商店购买。

<<花卉中的灵丹妙药>>

书籍目录

常用花卉简介 丁香花——温中降逆、香身除臭 山茶花——凉血止血、散瘀消肿 千日红——清肝明目、祛痰止咳 木槿花——青热解毒、凉血止血 月季花——活血祛瘀、行气调经 凤仙花——活血通经、解毒止痛 玉兰花——行气、止咳、化浊 石榴花——凉血止血、活血祛瘀 白花蛇舌草——清热解毒、消肿抗癌 芍药——养血柔肝、缓中止痛 百合花——青火润肺、养阴安神 向日葵花——清热祛风、平肝明目 合欢花——理气明目、养颜祛斑 杜鹃花——祛痰止咳、白肤祛斑 红花——活血通经、化瘀祛斑 芫花——祛痰止咳、解毒杀虫 杏花——补虚活血 牡丹花——活血调经 迎春花——清热解毒、活血消肿 辛夷花——祛风通窍、长发除鼾 玫瑰花——和血散瘀、柔嫩肌肤 金银花——青热解毒、凉散风热 栀子花——清肺止咳、凉血消痰 桂花——散寒化痰、生津除臭 凌霄花——清热祛风、凉血止痒 野菊花——青热解毒、疏风平肝 茉莉花——理气止痛、开郁辟秽 玉簪花——清热解毒、凉血通经 菊花——青热解毒、平肝明目 鸡冠花——凉血、止血、止痢 款冬花——润肺下气、化痰止咳 旋覆花——消痰止咳、驻颜悦色 梅花——疏肝解郁、开胃化痰 桃花——活血化痰、润肤红颜 长春花——清热平肝、解毒抗癌 素馨花——舒肝行气、润肤乌发 花卉与美容健美 一、花卉祛斑退癩美容法 (一) 润肤美容消除雀斑 雀斑 日晒性雀斑 油性皮肤雀斑 (二) 莹面增白 清除褐斑 蝴蝶斑 面部色素沉着 面部色斑 黧黑斑 老年性色斑 (三) 消痕灭癩润肤除痣 面部瘢痕 面部橘皮样瘢痕 面部黑痣 面黧黑痣 二、花卉防皱养颜美容法 (一) 滋润肌肤防皱祛纹 脸部皱纹 满面皱纹 面皱脸黑 (二) 养颜嫩面洁白肌肤 面容暗黑 面黑粗糙 脸部皮肤粗糙 皮肤粗糙 脸部油垢 (三) 补虚调养悦色红颜 面容憔悴 面色萎黄 面白无华 面部潮红 三、花卉明眸秀发美容法 (一) 明眸美目亮眼秀眉 美目明眸 眼袋 黑眼圈 眼睑浮肿 眼玻璃体混浊 秀长睫毛 (二) 乌美秀发润发茂发 润乌秀发 毛发枯黄 少白头 白发早生 须发花白 头发油垢 头痒屑多 脱发 斑秃 四、花卉减月巴瘦身健美法 肥用症有碍美容疾病的花卉疗法 青春痘 流泪症 麦粒肿 急性结膜炎 睑缘炎 口腔溃疡 口角皲裂 口臭身臭 狐臭 酒渣鼻 声音沙哑 扁平疣 寻常疣 面部糠疹 白癩风 荨麻疹 汗斑 痱子 内外科疾病的花卉疗法 头痛 眩晕 感冒 咳嗽 支气管炎 哮喘 呃逆 便秘 高脂血症 高血压 冠心病 失眠 糖尿病 风湿性关节炎 跌打损伤 颈椎病 腰痛 泌尿系结石 痔疮 带状疱疹 银屑病 老年性皮肤瘙痒症 灰指甲 妇儿科疾病的花卉疗法 月经失调 痛经 白带增多 闭经 妇女更年期综合征 外阴瘙痒症 妊娠呕吐 妊娠高血压 产后缺乳 产后诸症 女子不孕症 小儿腮腺炎 小儿夜啼 小儿遗尿 婴幼儿湿疹 五官科疾病的花卉疗法 青光眼 老年性白内障 夜盲症 中耳炎 鼻炎 鼻出血 咽喉炎 牙痛

<<花卉中的灵丹妙药>>

章节摘录

常用花卉简介 丁香花——温中降逆、香身除臭 丁香花，又称丁香、公丁香等，为桃金娘科植物丁香的花蕾。

丁香花每年夏季开淡红色或淡紫色花朵，芳香浓郁。

祖国医学认为，丁香花性温、味辛，入胃、脾、肾经，具有温中降逆、香身除臭、固齿乌须之功效，适用于反胃、呃逆、呕吐、口气臭秽、汗臭、痢疾、心腹冷痛、疝气、癣症等。

每日常用量：煎汤内服，1~3克；或入丸、散。

外用适量：研末调敷患处。

儿热病及阴虚内热者忌服。

据现代药理学研究发现，丁香花蕾含有丁香油酚、乙酰丁香油酚等挥发油，有抗菌的作用，对黄癣菌、白念珠菌等多种致病真菌均有抑制作用；丁香油有健胃的作用，可缓解腹部气胀、增强消化能力、减轻恶心呕吐；丁香油可除口臭、消毒龋齿腔、减轻牙痛；香精油还有减轻关节炎、风湿疼痛和肌肉酸痛等作用；丁香精油还可改善男女双方的性生活。

一般于每年9月至次年3月，丁香花蕾由青转为鲜红时采下后除去花梗，晒干备用。

山茶花——凉血止血、散瘀消肿 山茶花，又称山茶、茶花等，为山茶科植物山茶的花。

山茶花每年4~5月盛开，多为红色，也有黄、白、淡红等色，绚丽夺目，花姿丰盈，端庄高雅，为我国传统十大名花之一。

祖国医学认为，山茶花性凉、味甘苦辛，入肺、肝经，具有凉血止血、散瘀消肿、收敛之功效，适用于吐血、咳血、衄血、便血、血痢、肠风、血淋、带下、血崩、痔血、跌打损伤、烫伤等。

.....

<<花卉中的灵丹妙药>>

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>