第一图书网, tushu007.com

<<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

第一图书网, 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。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

第一图书网, tushu007.com

<<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　卫生部关于时一步规范保健食品原料管理的通知

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

版权页：插图：

第一图书网, tushu007.com

<<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。

第一图书网, tushu007.com

<<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