

美容养颜

花卉饮品

家庭必备的健康手册

MEIRONGYANGYAN
HUAHUIYINDIN

刘硕 编著

家庭制作



华艺出版社

MEI RONG YANG YAN
HUA HUI YIN PIN

花卉饮品

美容养颜

家庭制作

家庭必备的健康手册

刘硕编著



华艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

美容养颜花卉饮品家庭制作/刘硕编著. —北京:华艺出版社, 2004. 3

ISBN 7-80142-547-2

I. 美… II. 刘… III. 美容—花卉—食物疗法—食谱 IV. TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 016417 号

美容养颜花卉饮品家庭制作

刘硕编著

华艺出版社出版发行

(100083 北京市海淀区北四环中路 229 号海泰大厦 10 层)

新华书店经销

北京市平谷县早立印刷厂 印刷

*

850 × 1168 毫米 1/32 开 11.25 印张 272 千字

2004 年 4 月第 1 版 2004 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 7-80142-547-2/Z · 291

定价:20.00 元

前 言

婀娜多姿的花卉点缀着大自然,鲜花绚丽多彩,无私奉献着美丽之余,又可作为药材。花卉可谓“天之所生,地之所产”,以其之馥,用其治病,历史悠久。花即是大自然对人类慷慨赠物,又是美容养颜的珍品。

为了适应广大读者对花卉保健知识的迫切需要,我们编写了这本《美容养颜花卉饮品家庭制作》。本书选择了数百种常见的花卉作为家庭制作的基本对象,本着继承发扬传统中医药学的原则,收集参考古今中医药学中的有关其药用的文献记载和有关临床报导编撰而成。本书分为上下两篇。上篇“药苑奇葩”着重介绍了各类花卉的品质、食用功效、食用处方。下篇“百花治百病”,共列举近百种常见病的花卉疗法与花卉处方,条分缕析,井然有序。

值得指出的是,本书内容丰富,通俗易懂,简便实用,融科学性、知识性和实用性为一体,其中所选的花卉饮品处方都是历代医家用之有效且有文献记载,并经实践应用和现代科学研究证明了的,故能为广大读者美颜保健提供借鉴,对饮食养生爱好者也将有所裨益。本书既是家庭保健的必备用书,又可作为临床医师指导康复和调养的参考书。希望读者在赏花休闲之余,能

够借助于本书的阅读品味花卉的药用奇效,并根据本书的指导美容养颜,拥有美丽和健康。

前言

目 录

上篇 药苑奇葩

在这个自然界里,因为有了花卉的装点,世界才显美丽。花卉,以其美丽的外观,装点着世界;花卉,以其实用药用价值,滋补着整个人类。在人类生活中,因离不开美丽,而更离不开花;因离不开健康,而离不开花。走近花、认识花、运用花,使你在陶冶自己的情操之时,更拥有一份健康。

清热美颜花卉	(3)
槐花	(3)
栀子花	(5)
美人蕉	(6)
鸡冠花	(6)
马兰花	(7)
三七花	(9)
腊梅花	(10)
野菊花	(11)
扶桑花	(13)
连翘花	(14)

紫荆花	(15)
丝瓜花	(17)
千日红花	(18)
芦荟花	(19)
白兰花	(19)

解毒除斑花卉

(20)

金莲花	(20)
金银花	(21)
蒲公英	(23)
醉鱼草花	(24)
木棉花	(25)
苦菜花	(25)
山丹花	(26)
凤仙花	(27)
番石榴花	(27)

活血养颜花卉

(29)

百合花	(29)
月季花	(31)
凌霄花	(32)
佛手花	(33)
茉莉花	(34)
荷花	(35)
水仙花	(36)
素馨花	(37)
藏红花	(38)
米仔兰	(39)

玫瑰花	(40)
山茶花	(41)
石竹花	(42)
桂花	(43)
桃花	(44)
杜鹃花	(45)
枇杷花	(46)
秋海棠	(47)
红花	(48)
石榴花	(50)
款冬花	(52)
厚朴花	(53)
牡丹花	(55)
补益滋养花卉	(57)
旋花	(57)
何首乌	(57)
荷苞花	(59)
南瓜花	(60)
蜀葵	(61)
棣棠花	(62)
人参花	(63)
补阳祛寒花卉	(64)
雪莲花	(64)
梅花	(65)
零陵香	(66)
韭菜花	(68)

丁香	(69)
芭蕉花	(70)
健脾和胃花卉	(71)
扁豆花	(71)
代代花	(73)
葛花	(73)
啤酒花	(74)
蔷薇花	(75)
无花果	(77)
玉簪花	(79)
丁香花	(80)
镇痛安神花卉	(81)
夹竹桃	(81)
含羞草	(82)
香椿	(83)
茉莉花	(84)
芍药	(85)
瑞香花	(87)
向日葵	(88)
紫藤花	(89)
苦瓜花	(91)
马缨丹花	(91)
萱草	(92)
合欢花	(93)

利尿消肿花卉 (95)

牵牛花 (95)

益母草 (96)

迎春花 (97)

李花 (98)

马蔺花 (99)

山慈姑花 (100)

芫花 (101)

泽兰花 (102)

明目通窍花卉 (103)

菊花 (103)

青箱花 (104)

密蒙花 (106)

辛夷 (107)

建兰花 (108)

结香花 (109)

夏枯草花 (109)

下篇 百花治百病

花,是大自然对人类慷慨赠物;花,还具有祛病强身的药用价值。患病后,除药用治疗外,还可辅以花疗。在绚丽多姿、馥郁馨香的花卉中可以就地取材,以花配伍,以厨房为营,利用其方,防病治病,增进健康,益寿延年。

百花治疗呼吸系统疾病 (113)

感 冒 (113)

咳 嗽 (118)

支 气 管 炎 (124)

哮 喘 (127)

肺 结 核 (128)

肺 脓 肿 (130)

咯 血 (132)

原发性肺癌 (135)

百花治疗消化系统疾病 (136)

吐 血 (136)

胃、十二指肠溃疡 (139)

呃 逆 (141)

呕 吐 (143)

慢性胃炎 (145)

胃 痛 (146)

腹 痛 (151)

消化不良 (152)

便 秘 (154)

便 血 (155)

病毒性肝炎 (157)

肝硬化 (158)

食管癌 (160)

胃 癌 (161)

原发性肝癌 (162)

结肠癌 (163)

急性肠胃炎	(164)
肠胃炎	(166)
腹 泻	(168)
黄 疸	(170)
传染性肝炎	(171)
痢 疾	(172)
细菌性痢疾	(179)
百花治疗心血管循环系统疾病	(181)
高血压病	(181)
高脂血症	(183)
冠心病	(185)
风湿性心脏病	(186)
缺铁性贫血	(186)
急性白血病	(187)
血小板减少性紫癜	(188)
中 风	(190)
脑血栓形成	(191)
血栓闭塞性脉管炎	(192)
百花治疗神经内分泌系统疾病	(194)
甲状腺功能亢进症	(194)
单纯性甲状腺肿	(195)
神经衰弱	(196)
失 眠	(197)
头 痛	(200)
眩 晕	(205)
心 悸	(209)

腰腿酸软	(210)
腰 痛	(211)
糖尿病	(212)
中 暑	(214)
肥胖症	(219)
醉 酒	(220)

百花治疗泌尿生殖系统疾病

(222)

小便不利	(222)
乳糜尿	(223)
尿 血	(225)
尿路结石	(226)
尿路感染	(228)
肾结石	(231)
遗 精	(232)
阳 痿	(233)
性欲减退	(235)
水 肿	(236)
淋 证	(237)
前列腺炎	(238)

百花治疗儿科系统疾病

(239)

小儿麻痹症	(239)
小儿惊风	(241)
小儿急性肾炎	(241)
百日咳	(242)
小儿夏季热	(244)
疳 子	(244)

麻 疹	(245)
水 痘	(247)
小儿腹泻	(251)
小儿疳积	(252)
小儿夜啼	(254)
小儿急性扁桃体炎	(255)
猩红热	(255)

百花治疗骨科外科疾病 (257)

跌打损伤	(257)
风湿性关节炎	(260)
肩关节周围炎	(262)
骨 折	(263)
颈淋巴结核	(263)
急性阑尾炎	(266)
急性淋巴结对	(268)
急性化脓性骨髓炎	(269)

百花治疗皮肤疾病 (270)

外阴瘙痒症	(270)
荨麻疹	(271)
脱 肛	(272)
痔 疮	(273)
疝 气	(275)
痈	(277)
疖和疔	(280)
丹 毒	(283)
蛇咬伤	(285)

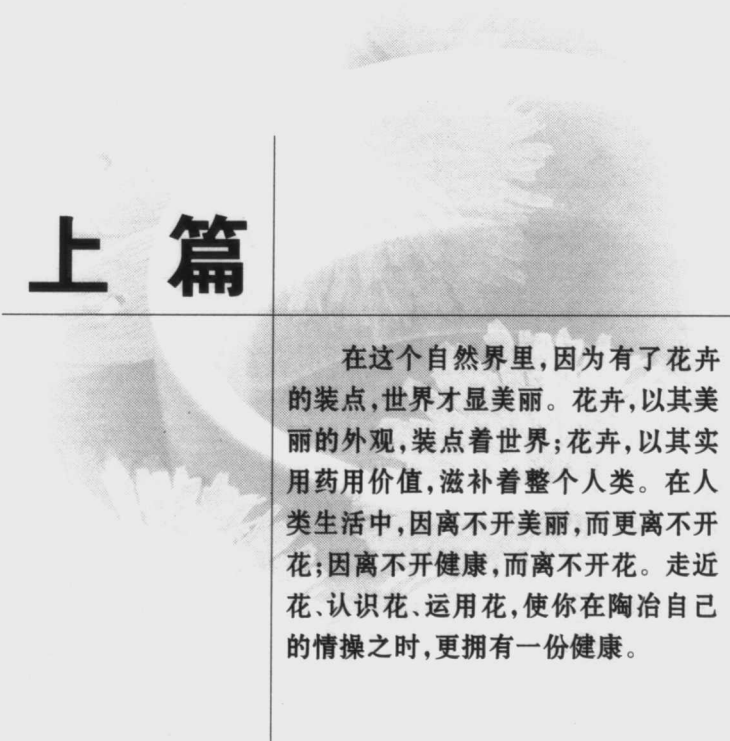
冻 疮	(285)
银屑病(牛皮癣)	(286)
疣	(287)
斑 秃	(288)
湿 疹	(288)
急性湿疹	(290)
脓疱疮	(291)
皮肤瘙痒	(292)
痤疮(粉刺)	(293)
黄褐斑	(294)

百花治疗妇产科疾病

(295)

月经量多	(295)
月经量少	(297)
月经后期	(299)
月经先后不定期	(300)
痛 经	(301)
闭 经	(306)
崩 漏	(310)
白 带	(314)
子宫脱垂	(319)
更年期综合征	(320)
产后缺乳	(320)
产后腹痛	(321)
先兆子痫	(322)
乳腺炎	(323)

百花治疗五官科疾病	(326)
急性扁桃体炎	(326)
酒渣鼻	(328)
青光眼	(329)
夜盲症	(331)
白内障	(332)
麦粒肿	(333)
视力减退	(335)
中耳炎	(336)
慢性咽炎	(338)
急性鼻炎	(342)
牙 痛	(343)
牙周病	(344)



上 篇

在这个自然界里,因为有了花卉的装点,世界才显美丽。花卉,以其美丽的外观,装点着世界;花卉,以其实用药用价值,滋补着整个人类。在人类生活中,因离不开美丽,而更离不开花;因离不开健康,而离不开花。走近花、认识花、运用花,使你在陶冶自己的情操之时,更拥有一份健康。