

吃出健康系列

● 孙利群 主编

茶疗篇

全方位掌握健康契机

滋补强身
醒脑提神
延年益寿
养生保健
养护颜面

华南理工大学出版社



吃出健康系列

茶 疗 篇

(第二版)

孙利群 主编

丰 婷 郭细英 张天放
李彩玲 冉昌蓉 艾 思 编

华南理工大学出版社
·广州·

图书在版编目(CIP)数据

吃出健康系列——茶疗篇/孙利群主编.—2版.—广州:华南理工大学出版社,2002.3

ISBN 7-5623-1259-1

I.吃…

II.孙…

III.食物疗法,茶

IV.R247.1

华南理工大学出版社出版发行

(广州五山 邮编 510640)

责任编辑:傅穗文

各地新华书店经销

中山市新华印刷厂有限公司印装



*

2002年3月第2版 2002年3月第2次印刷

开本:850×1168 1/32 印张:6 字数:154千

印数:3001—8000册

定价:10.00元

目 录

1 茶疗的一般常识	1
2 茶疗的功效和特点	4
3 茶疗的制作和用法	7
4 服用药茶的注意事项	10
5 感冒	13
二叶菊花薄茅茶	13
姜糖药茶	13
五神茶	14
姜苏药茶	14
葱豉茶	14
贯众苍术茶	15
感冒药茶	15
桑菊香豉茶	15
白芷荆芥茶	16
大青叶茶	16
五神药茶	16
蒲公英茶	17
紫苏叶茶	17
香薷银花茶	17
二椒药茶	17
葱头姜茶	18
葱姜茶	18
桑菊豉茶	18
羌活板蓝根茶	19
桑薄蜜茶	19

贯银芩草茶	19
三花药茶	20
苏叶羌活茶	20
桑枇杷茶	20
香菜茶	21
防风甘草茶	21
连翘茶	21
葱白茶	21
三鲜茶	22
菊枯茶	22
薄荷参姜茶	22
绿豆茶	23
生姜苏叶茶	23
杏仁茶	23
四季清茶	24
辛夷花茶	24
菊花茶	24
银菊甘草茶	25
牛蒡子茶	25
6 哮喘	26
杏梨茶	26
平喘药茶	26
止喘茶	27
久喘桃茶	27
冬花糖茶	27
僵蚕茶	27
陈皮茶	28
霜桑叶茶	28
楂桃茶	28
人参核桃茶	29

7	肺结核	30
	枸骨叶茶	30
	嫩枸骨药茶	30
	柿饼药茶	31
	桑叶止血茶	31
	茅根藕节茶	31
	润肺化痰茶	32
	沃雪茶	32
	柿叶止血茶	32
8	呕吐	33
	木瓜桑叶茶	33
	生姜药茶	33
	草姜茶	34
	萝卜叶茶	34
	生姜苦瓜根茶	34
	乌礞茶	34
	醋姜茶	35
	醋面茶	35
	麦芽山楂茶	35
	枇杷芦根茶	36
	甘蔗姜汁茶	36
9	胃痛	37
	老姜茶	37
	溃疡茶	37
	橘花茶	38
	蜂蜜红茶	38
	玫瑰佛手茶	38
	二绿茶	39
	柑橘茶	39
	旱莲红枣茶	39
	佛手茶	39

	玳玳花茶	40
	麦冬二参茶	40
	健胃药茶	40
	半夏姜枣茶	41
	橘花药茶	41
	乌药茶	41
10	痢疾	42
	莲子茶	42
	砂仁生姜茶	42
	山楂痢茶	42
	治痢速效茶	43
	龙芽茶	43
	马齿苋白糖茶	43
	粥茶	44
	姜茶	44
11	肝炎	45
	板蓝根茶	45
	茵陈蒿茶	45
	过路黄茶	46
	马鞭草茶	46
12	胆囊炎	47
	消炎利胆茶	47
	金钱茵陈茶	47
	玉米须菊明茶	48
13	高血压	49
	决明子茶	49
	菊花山楂茶	49
	夏枯草茶	50
	杜仲药茶	50
	芹菜茶	50
	降压茶	51

	栀子茶·····	51
	决明罗布麻茶·····	51
	三宝茶·····	52
	三七花茶·····	52
14	心脏病·····	53
	山楂益母茶·····	53
	风心药茶·····	53
	玉竹茶·····	54
	葵盘药茶·····	54
	香蕉茶·····	54
	首乌茶·····	55
15	中风·····	56
	地龙茶·····	56
	桑椹首乌茶·····	56
	活血药茶·····	57
	红菊槐花茶·····	57
16	尿路结石·····	58
	冬瓜皮黑豆茶·····	58
	排石药茶·····	58
	荸荠内金茶·····	59
	海金沙茶·····	59
	荸荠芥冬茶·····	59
17	肾炎·····	60
	白茅竹叶茶·····	60
	消肿药茶·····	60
	连翘茶·····	61
	荸荠梗茶·····	61
	黄芪红茶·····	61
	车前草茶·····	61
	养肾茶·····	62
	蚕豆壳冬瓜皮茶·····	62

	莲子红糖茶	62
	鲫鱼利水茶	63
	乌鱼茶	63
	西瓜白茅茶	63
18	头痛	64
	川芎药茶	64
	二椒茶	64
	升麻三黄茶	65
	玫瑰蚕豆花茶	65
	头风茶	65
	将军茶	65
	都梁茶	66
	僵蚕葱白茶	66
	夏枯草荷叶茶	66
19	失眠	67
	灯心草竹叶茶	67
	桑椹药茶	67
	豆麦茶	68
	竹叶药茶	68
	安神茶	68
	安睡药茶	68
	脑清茶	69
	合欢花茶	69
	酸枣仁茶	69
20	腰腿痛	70
	白术茶	70
	伸筋药茶	70
	泽兰叶茶	71
	狗脊药茶	71
	醋茶	71

21	糖尿病	72
	天花粉冬瓜茶	72
	养胃茶	72
	石斛冰糖茶	72
	山药茶	73
	丝瓜茶	73
22	肥胖病	74
	减肥茶	74
	甜奶药茶	74
	桑白皮茶	74
	荷叶药茶	75
	桑枝茶	75
	乌龙药茶	75
23	百日咳	76
	大蒜冰糖茶	76
	百日咳茶	76
	枇杷桃仁茶	76
	刀豆茶	77
	咸金橘茶	77
24	麻疹	78
	大青根二叶茶	78
	透疹药茶	78
	胡萝卜荸荠茶	79
	芦根药茶	79
	荠菜茶	79
	蝉蜕药茶	79
25	腮腺炎	80
	炸腮茶	80
	二叶药茶	80
	桑菊薄竹茶	80
	苦瓜药茶	81

	忍冬夏枯草茶	81
	板蓝根茶	81
26	小儿流涎	82
	陈皮竹叶茶	82
	姜糖神曲茶	82
	石斛青果茶	82
27	痛经	83
	痛经茶	83
	益母草茶	83
	山楂葵子茶	84
	泽兰药茶	84
	川芎调经茶	84
28	闭经	85
	红枣姜糖茶	85
	调经药茶	85
	香附茶	85
	茜草药茶	86
	姜枣糖茶	86
29	带下	87
	木槿皮茶	87
	鸡冠花茶	87
	肉苁蓉茶	88
	白果药茶	88
	石榴皮茶	88
	扁豆药茶	89
	皇上一味秘精茶	89
	马兰茶	89
30	流产	90
	南瓜蒂茶	90
	桑寄生艾叶茶	90

31	牙周炎	91
	蛋茶	91
	芝麻杆茶	91
	竹叶茶	91
	芭蕉药茶	92
	盐茶	92
	青刺尖茶	92
	牙痛茶	93
32	食管癌	94
	复方韭汁茶	94
	羊乳茶	94
	麦冬地黄茶	95
	威灵蜜汁茶	95
	韭菜奶茶	95
	清胃药茶	95
	二菱茶	96
	五汁饮茶	96
33	胃癌	97
	健胃防癌茶	97
	苡仁枣茶	97
	陈皮红枣茶	98
	白术草茶	98
	大蒜茶	98
	半枝莲茅根茶	98
34	鼻咽癌	100
	乌梅抗癌茶	100
	玄参麦茶	100
	花生衣红枣茶	101
	紫草煎茶	101
35	肺癌	102
	银花药茶	102

	鱼腥草抗癌茶	102
	瓜蒌抗癌茶	103
	公英绿茶	103
36	肝癌	104
	郁金药茶	104
	苦菜茶	104
	茵陈蛇草茶	105
	龙雾茶	105
	龙葵茶	105
37	视力减退	106
	枸杞白菊茶	106
	枸杞茶	106
	明目药茶	106
	千里光茶	107
38	结膜炎	108
	菊花龙井茶	108
	陈茶叶茶	108
	蒙蒺决明茶	108
	黄芩药茶	109
	连花茶	109
	槐叶茶	109
39	声音嘶哑	111
	苏叶盐茶	111
	玄麦桔甘茶	111
	大海生地茶	112
	利咽茶	112
	诃子甘草茶	112
	诃子麦冬茶	112
	荔枝草茶	113
	嫩竹梅茶	113
	海蜜橄榄茶	113

	双叶茶	114
40	遗精	115
	莲心茶	115
	沙苑子茶	115
	益智仁茶	116
	韭菜籽茶	116
	莲子丝瓜花茶	116
	月季芍药根茶	116
	沙苑蒺藜茶	117
	覆盆子茶	117
	山茱萸茶	117
	桑椹糖水饮茶	118
41	阳痿	119
	五子补肾茶	119
	人参茶	119
	虾米糖茶	120
	合欢杞子茶	120
	核桃藕粉茶	120
42	早泄	121
	穗醋栗茶	121
	菟丝子茶	121
	五味子茶	122
	核桃仁药茶	122
43	支气管炎	123
	薄荷甘草茶	123
	橘红茶	123
	冬花茶	124
	橘茶	124
	杏梨饮茶	124
	祛寒止咳茶	124
	滋胃和中茶	125

	川贝莱菔茶	125
	萝卜茶	125
	侧柏叶茶	126
	蜜蛋茶	126
	生津和胃茶	126
	枇杷茶	127
44	热病	128
	藕茶	128
	茅根竹蔗茶	128
	三鲜三花茶	129
	五汁茶	129
	清热茶	129
	清肺止渴凉茶	130
	石斛茶	130
	枸杞叶茶	130
45	腹痛	131
	和脾茶	131
	扁豆茶	131
	二仁通幽茶	132
	荔枝核茶	132
46	酒毒	133
	解酒茶	133
	葛花石膏解酒茶	133
	柑皮解酒茶	134
	白醋解酒茶	134
47	自汗盗汗	135
	小麦山药茶	135
	小麦稻茶	135
	黄芪枣茶	136
	固表药茶	136
	山萸肉茶	136

	甘蔗叶茶	137
	浮小麦茶	137
	盗汗药茶	137
	浮麦麻茶	137
48	虫症	139
	白木耳茶	139
	葫芦药茶	139
	驱钩虫茶	139
	乌药槟榔饮茶	140
	榧子药茶	140
	椒梅药茶	140
	南瓜子茶	141
	薏苡根茶	141
49	痔疮	142
	金针菜茶	142
	槐叶药茶	142
	木耳芝麻茶	142
	刘寄奴茶	143
50	虫咬伤	144
	清茶药茶	144
	明矾芽茶	144
	外敷湿茶	144
51	小儿积滞	146
	藿佩药茶	146
	化积药茶	146
	消食药茶	147
	米茶	147
	胡萝卜茶	147
	化食药茶	148
	红曲药茶	148
	橘花红茶	148

	米饼霜茶	149
52	小儿遗尿症	150
	桑螵蛸茶	150
	缩尿药茶	150
	鸡蛋药茶	150
	益智仁茶	151
	健儿药茶	151
53	臌胀	152
	松萝黑鱼茶	152
	白术枳实茶	152
	白矾去虫茶	153
	李子茶	153
54	甲状腺肿大	154
	荔枝杏仁茶	154
	海藻茶	154
	海珠散结茶	155
	海带茶	155
	紫明茶	155
55	泌尿系结石	156
	金钱草茶	156
	钱草玉米茶	156
	三金茶	157
	排石茶	157
	荸荠内金茶	157
	核桃茶	158
	荸荠茶	158
	海金沙茶	158
56	妊娠呕吐	159
	苏叶生姜茶	159
	黄连苏叶茶	159
	橘皮竹茹茶	159