

<<中国茶疗>>

图书基本信息

书名：<<中国茶疗>>

13位ISBN编号：9787513206273

10位ISBN编号：7513206279

出版时间：2012-1

出版时间：中国中医药

作者：林乾良//陈小忆

页数：235

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>

## <<中国茶疗>>

### 内容概要

本书分成两篇：上篇总论，主要介绍茶文化的历史溯源、茶寿、茶的疗效、茶的药用史、茶的有效成分、茶疗的用法等；下篇各论，介绍与临床各科疾病有关茶疗的理论与实践。对于有兴趣于茶疗领域的科技人员与一般群众，本书都将是很有用处的读物。

## <<中国茶疗>>

### 作者简介

林乾良，1952年10月生于福州。  
1955年本科毕业于浙江大学医学院，留附属医院任外科医师。  
1956年参加卫生部举办的首届西医学习中医研究班。  
1959年回校工作。  
1960年调入浙江中医学院（现浙江中医药大学），任中药教研室主任。  
在中药、医史、养生方面多有建树，发表论文151篇，出版专著34种，其中多有在美国、加拿大、日本发行者。  
业余精研书法、篆刻、戏剧等，为中国书法家协会会员、西泠印社社员。

## <<中国茶疗>>

### 书籍目录

#### 上篇 总论

##### 第一章 茶文化的历史溯源

- 一、茶源
- 二、茶的考古
- 三、从茶论茶
- 四、陆羽与《茶经》
- 五、国饮——茶
- 六、茶文化三字歌

##### 第二章 茶寿

- 一、米寿与茶寿
- 二、书画篆刻颂茶寿

##### 第三章 茶疗

- 一、茶疗简介
- 二、茶为万病之药
- 三、茶疗的分类
- 四、保健茶

##### 第四章 茶的药用史

- 一、本草论茶
- 二、茶疗简史

##### 第五章 茶的疗效

- 一、茶的传统功效
- 二、茶的现代研究

##### 第六章 茶的有效成分

- 一、生物碱类
- 二、多酚类
- 三、维生素类
- 四、矿物质
- 五、氨基酸与蛋白质
- 六、茶色素
- 七、其他成分

##### 第七章 茶疗的用法

- 一、内服法
- 二、外用法
- 三、体外应用

##### 第八章 茶疗制剂

- 一、茶疗的方剂
- 二、传统制剂
- 三、现代制剂
- 四、药膳与茶疗
- 五、红茶菌

##### 第九章 茶疗注意事项

- 一、大瑜与小瑕
- 二、辨证用茶

#### 下篇 各论

##### 第一章 心血管疾病的茶疗

## <<中国茶疗>>

- 一、肥胖病的茶疗
- 二、高脂血症的茶疗
- 三、动脉粥样硬化的茶疗
- 四、冠心病的茶疗
- 五、高血压的茶疗

### 第二章 神经系统疾病的茶疗

- 一、有关提神的茶疗
- 二、神经衰弱的茶疗
- 三、头痛的茶疗
- 四、癫痫小发作的茶疗

### 第三章 消化系统疾病的茶疗

- 一、消化不良的茶疗
- 二、酒醉的茶疗
- 三、痢疾的茶疗
- 四、慢性肝炎与肝硬化的茶疗

### 第四章 呼吸系统疾病的茶疗

- 一、感冒的茶疗
- 二、咳喘的茶疗
- 三、肺病的茶疗
- 四、咽喉炎的茶疗
- 五、鼻渊的茶疗

### 第五章 泌尿系统疾病的茶疗

### 第六章 妇产科疾病的茶疗

### 第七章 眼科疾病的茶疗

### 第八章 龋齿的茶疗

### 第九章 癌症的茶疗

### 第十章 糖尿病的茶疗

### 第十一章 清热解毒茶疗法

- 一、解暑止渴茶疗法
- 二、抑菌消炎茶疗法
- 三、有关解毒的茶疗

### 第十二章 抗衰老养生茶疗法

- 一、抗衰老的茶疗法
- 二、益气疗饥的茶疗法
- 三、抗辐射的茶疗法
- 四、补血升白的茶疗法

### 第十三章 有关美容美发茶疗法

- 一、美容的茶疗
- 二、美发的茶疗

### 主要参考文献

## <<中国茶疗>>

### 章节摘录

从中医理论来看，由于茶也是药，甚至是著名的“万病之药”，所以它也和其他中药一样必须在中医理论指导下用药。

具体地说，是在中医理论派生出的药性理论指导下应用的。

药性理论，主要有四气（寒、热、温、凉）、五味（辛、甘、酸、苦、咸）、升降浮沉、归经、有毒无毒、配伍等项。

茶在本草（古代中药文献）类书籍中的记述，作者认为只能定为首载于唐代苏敬等撰的《新修本草》（又称《唐本草》），列于木部中品。

其文甚简，正文如下：“茗，苦茶。

茗，味甘、苦，微寒，无毒。

主痿疮，利小便，去痰、热、渴，令人少睡，秋（据《证类本草》与《植物名实图考长编》应作春）采之。

苦茶，主下气，消宿食，作饮加茱萸、葱、姜等良”。

茶的性味（即四气五味），《新修本草》作“甘、苦，微寒，无毒”；李时珍《本草纲目》作“苦、甘，微寒，无毒”，字是完全相同，只调换了苦与甘的位置，看来比较符合实际情况。

中医理论认为：甘味多补而苦味多泻，可知茶叶是个攻补兼备的良药。

上述功效中，属攻者如清热、消暑、解毒、消食、去肥腻、利水、通便、祛痰、祛风解表等；属补者如止渴生津、益气力、延年益寿等。

从四气上分析，其性“微寒”，其实也就是“凉”的意思。

寒凉的药物，具有清热、解毒、泻火、凉血、消暑、疗疮等功效，这也和茶叶的传统功效基本相符。

从升降浮沉方面说，茶叶也是兼备多能的，它的祛风解表、清头目等功效属于升浮；而下气、利水、通便等功效属于沉降。

从归经（说明药物的作用部位）方面说，由于茶叶对人体有多方面的活性，很难用一两个经络或脏腑来概括，所以明朝李中梓《雷公炮制药性解》称它入“心、肝、脾、肺、肾五经”。

一味而归经遍及于五脏，可见它的治疗范围是十分广泛的。

茶是无毒安全的，所以可以长服、久服。

三、茶疗的分类 茶疗，是中医治疗体系中很特殊的一支。

实质上说，应该说是中医食疗（近代称药膳）中的单独分支，是中医与茶文化的结合产物。

.....

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>