

# 《茶包小偏方喝出大健康》

## 图书基本信息

书名：《茶包小偏方喝出大健康》

出版时间：2012-1

作者：陈允斌

页数：145

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《茶包小偏方喝出大健康》

## 内容概要

茶包小偏方喝出大健康，ISBN：9787534143724，作者：陈允斌

# 《茶包小偏方喝出大健康》

## 作者简介

陈允斌，女，出身于中医世家。外曾祖父在民国时为地方名医，救人无数，曾耗费十数年时间苦心研究简便低廉的食疗药方，人称“刘善人”。允斌女士自幼得母亲及两位姨母传授食疗保健医理，熟知传统中医医理与现代营养学，在食疗保健领域颇有心得。目前，她正致力于推广简便易行的食物保健养生方法，深受群众欢迎。

# 《茶包小偏方喝出大健康》

## 书籍目录

前期准备出差旅行应急茶包 旅途中便秘怎么办 旅途中腹泻怎么办 旅途中突然腹痛怎么办 旅途中突然牙痛怎么办 旅途中感冒头痛怎么办 旅途中喝酒过度怎么办 四季保健茶·春上班族应急茶包 加班族的健康提神饮 大餐拼酒必备 五官保养必备茶包 四季保健茶·夏轻松减肥茶包 活血瘦身茶 清凉降脂饮 降压减肥茶 补气减肥饮家庭必备茶包 四季保健茶·秋日常保健茶包 苹果 枣 枸杞 姜 梨 柠檬 桂花 山楂 月季 玫瑰 葡萄干 西瓜 香菜 丝瓜 莲子心 芹菜根 松针 核桃 桂圆 黄芪 冬瓜 鱼腥草 醋 菊花 罗汉果 陈皮 乌梅 荷叶 桃仁、李仁与杏仁 竹茹 马齿苋 牛蒡 小茴香 四季保健茶·冬

# 《茶包小偏方喝出大健康》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)