

中国茶与养生保健



作者：朱永兴，张友炯，黄永生编著

出版社：济南：山东科学技术出版社

出版日期：2008.01

总页数：214

介绍：本书以图文并茂的方式，首先简介了中国茶的基本知识，接着从传统和现代两个侧面阐述了茶的保健养生功效。全书主要涉及以下内容：茶的起源与传播，中国茶的品质特征与分类，茶的鉴别与保存方法，茶的营养与保健成分，茶的主要保健功能及保健产品开发，中医茶疗及茶养生方剂，花草茶及其保健养生功能，茶在精神养生上的运用，科学饮茶等。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12087909.html>）查找全本阅读方式

中国茶与养生保健 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12087909.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12087909.html>

书名：中国茶与养生保健