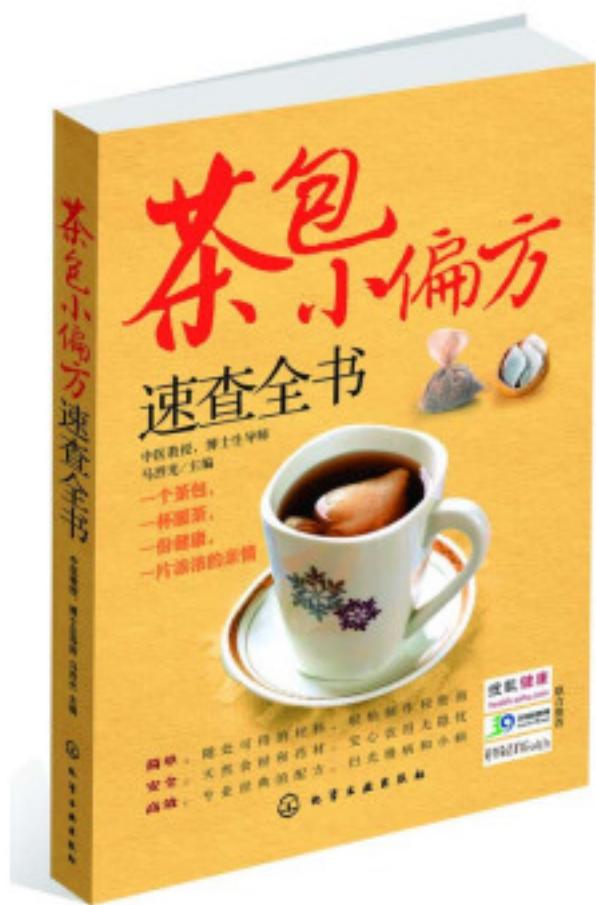


茶包小偏方速查全书



[茶包小偏方速查全书 下载链接1](#)

著者:马烈光 编

[茶包小偏方速查全书 下载链接1](#)

标签

评论

正版，不错的东西，可以帮助喜欢喝茶的朋友根据需要泡茶

图文并茂展示了很多茶或者饮料的医学功用

买给老人的，很好，很简单好用

方便快捷，省去交通之苦！

帮同事买的，同事说书不错

帮朋友买的，送货速度快

正在读，印刷质量不错

非常满意，五星

好，，，，，，，，，，

很实用的书

此书还是有实用价值的，可就是称全书好像不太合适。并没这么全吧。

价格比书店便宜，，，是正版吧。。。。。印刷还好

呵呵，这个可以查询，“对症下药”滴：）

挺好的

烫伤分为*：一级烫伤会造成皮肤发红有刺痛感；二级烫伤发生后会看到明显的水泡；*烫伤则会导致皮肤破溃变黑。

急救办法：一旦发生烫伤后，立即将被烫部位放置在流动的水下冲洗或是用凉毛巾冷敷，如果烫伤面积较大，伤者应该将整个身体浸泡在放满冷水的浴缸中。可以将纱布或是绷带松松地缠绕在烫伤处以保护伤口。

绝对禁止：不能采用冰敷的方式治疗烫伤，冰会损伤已经破损的皮肤导致伤口恶化。不要弄破水泡，否则会留下疤痕。也不要随便将抗生素药膏或油脂涂抹在伤口处，这些黏糊糊的物质很容易沾染脏东西。

亮警报：*烫伤、触电灼伤以及被化学品烧伤务必到医院就医。另外，如果病人出现咳嗽、眼睛流泪或者呼吸困难，则需要专业医生的帮助。二级烫伤如果面积大于手掌的话，患者也应去医院看看，专业的处理方式可以避免留下疤痕。5五、中毒。

发生在家庭中的中毒一般是由误食清洁、洗涤用品，一氧化碳吸入或是杀虫剂摄入。

急救办法：如果患者已经神志不清或是呼吸困难，应迅速呼叫救护车，并准备好回答如下问题：摄入或吸入什么物质，量是多少，患者体重、年龄以及中毒时间。

绝对禁止：直到症状出现才叫救护车往往延误治疗时间。在等待救助过程中，不要给患者吃喝任何东西，也不要企图帮助患者催吐，因为有些有毒物质在被吐出来的过程中可能会伤害到患者的其他器官。

亮警报：只要中毒发生，都需要迅速叫救护车抢救患者。6六、手指切伤。

1、如果出血较少且伤势并不严重，可在清洗之后，以创可贴覆于伤口。不主张在伤口上涂抹红药水或止血粉之类的药物，只要保持伤口干净即可。

2、若伤口大且出血不止，应先止住流血，然后立刻赶往医院。具体止血方法是：伤口处用干净纱布包扎，捏住手指根部两侧并且高举过心脏，因为此处的血管是分布在左右两侧的，采取这种手势能有效止住出血。使用橡皮止血带效果会更好，但要注意，每隔20-30分钟必须将止血带放松几分钟，否则容易引起手指缺血坏死。7七、酒精中毒。

1、对于昏迷者，确保气道通畅。

2、如果患者出现呕吐，立刻将其置于稳定性侧卧位，让呕吐物流出。

3、保持患者温暖，尤其是在潮湿和寒冷的情况下。

4、检查呼吸、脉搏及反应程度，如有必要立即使用心肺复苏术。

5、将患者置于稳定性侧卧位，密切监视病情，每10分钟检查并记录呼吸、脉搏和反应程度。

慢慢学习，挺好的书。。。工作中，外出时，家庭聚会上……不妨泡上一杯自己亲手制作的小茶包，用一点家庭常见的食材，用几味安全有效的中药，给自己带来健康，给家人送上关怀。小小的一杯茶中，浓浓的茶香混合着淡淡的药香，原来，养生保健可以如此简单愉快。神农遇茶而百毒解，茶，自始至终都是一种养生的良药，我们再搭配以科学、有效、对症的中药方，轻松携带，随时冲泡，既没有熬制中药的劳心劳力，又没有烹调药膳的繁琐劳累。茶包小偏方，健康随身带！养生养心中国茶，喝茶是中国人几千年的习惯，茶是中国的第一饮品，喝茶不仅可以解渴，可以怡情，更可以带来各种实

实实在在的健康益处。

除了茶叶以外，我们还习惯将一些食材、药材用泡茶的方式来饮用，如人参茶、菊花茶、枸杞茶、决明子茶等，既得了饮茶之乐，又起到了治病强身的功效。这种茶饮是中国人独有的一种健康生活方式。很多人不喜欢喝中药，因为不仅难以下咽，而且熬制起来也过于麻烦；也有很多人不习惯对症养生菜肴，因为加工不方便，而且很多情况下只有病人一个人吃，量大又浪费。那么有没有一种方式可以尽得其好而没有那么多麻烦事呢？有，就是本书用小茶包冲泡的茶饮，它有很多好处，可以说是最实用的一种健康养生方式了。

方便：简单的方子，易购的材料，简单的加工，然后花上几分钟时间就可以做出几天甚至更长时间的茶包。便于储存，便于饮用，每次取一包，开水一冲即可。

有效：虽然是如此简单，但一点也不影响其功效，对症的各种小方子扫光各种小病不适，辅助治疗各种慢性病和顽固疾病。

对量：没有小茶包的话，茶饮每次都需要量取材料，制作十分麻烦，用了小茶包一切就迎刃而解，保证剂量安全、准确、有效。

心安：病人对药有一种天然的抗拒心理，吃药毕竟不是一件愉快的事情，但是喝茶就不一样了，它可以让你心情愉悦，好心情本身就是一种治百病的良药。

茶包小偏方，健康随身带，带着我们对您的祝福，也带着您对家人浓浓的关爱。

马烈光主编的《茶包小偏方速查全书》提供专业经典的配方，扫光慢病和小病。神农遇茶而百毒解，茶，自始至终都是一种养生的良药，我们再搭配以科学、有效、对症的中药方，轻松携带，随时冲泡，既没有熬制中药的劳心劳力，又没有烹调药膳的繁琐劳累。茶包小偏方，健康随身带！茶叶中对人体有益的主要成分 ● 氨基酸

成分：茶叶中的氨基酸有20多种，其中茶氨酸的含量占氨基酸总量的50%以上。

保健作用：有的氨基酸和人体健康有密切关系。如谷氨酸能降低血氨，治疗肝昏迷；蛋氨酸能调整脂肪代谢。 ● 多酚类化合物

成分：可溶性的多酚类化合物在红茶中的含量为干重的10%~20%，它主要由儿茶素类、黄酮类、花青素和酚酸组成，以儿茶素类化合物含量最高，约占70%，是决定茶叶色、香、味的重要成分；黄酮类物质是形成茶叶汤色的主要物质之一；花青素呈苦味，如花青素过多，茶叶品质就会受到影响；酚酸包括绿原酸、咖啡酸等，含量较低。

保健作用：多酚类化合物具有防止动脉粥样硬化、降血脂、消炎抑菌、防辐射、抗癌、抗突变等多种功效。 ● 咖啡碱

成分：咖啡碱是茶叶中一种含量很高的生物碱。每杯150毫升的茶汤中含有40

毫克左右咖啡碱。保健作用：咖啡碱是一种中枢神经的兴奋剂，具有提神的作用。 ●

B族维生素成分：茶叶中B族维生素的含量一般为每克干茶含0.1~0.2mg。

保健作用：其含量最高的维生素B5可以预防癞皮病等皮肤病；茶叶中维生素B1含量比蔬菜高，它能维持神经、心脏和消化系统的正常功能；每天饮用5杯茶可满足人体维生素B2需要量的5%~7%，维生素B2可以增强皮肤的弹性和维持视网膜的正常功能；满足人体维生素B11需要量的6%~13%，它参与人体核苷酸生物合成和脂肪代谢功能。 ●

维生素C成分：高级绿茶中维生素C的含量可高达0.5%。

保健作用：维生素C能防治坏血病，增加机体的抵抗力，促进创口愈合。 ● 维生素E

成分：干茶叶中维生素E的含量为每克茶叶0.3~0.8mg。

保健作用：维生素E可以拮抗人体中脂质过氧化过程，具有抗衰老的作用。 ● 维生素K

成分：每克干茶含维生素K0.3~0.5mg，每天饮用5杯茶即可满足人体的需要。保健作用：

维生素K可促进肝脏合成凝血素。 ● 矿物质

成分：茶叶中含有氟、钙、磷、钾、硫、镁、锰、锌、硒、锗等多种矿物质元素。

保健作用：钾可维持心脏的正常功能；锰参与人体多种酶促反应，并与机体的骨骼代谢、生殖功能和心血管功能有关；磷是骨骼、牙齿及细胞核蛋白的主要成分；硒和锗在抗肿瘤方面也有积极的作用。茶叶中对预防龋齿和防治老年骨质疏松有明显效果的氟含量很高。局部地区茶叶中的硒含量很高，它具有抗癌功效。小贴士：茶的27种药用功效安神除烦、助眠、明目、清头目、下气、消食、醒酒、解腻、清热解毒、止渴生津、祛痰、治痢、疗疮、利水、通便、祛风解表、益气力、坚齿、疗肌、减肥、降血脂、降血

压、强心、补血、抗衰老、抗癌、抗辐射。

..360.?&马烈光马烈光工作中，外出时，家庭聚会上不妨泡上一杯自己亲手制作的小茶包，用一点家庭常见的食材，用几味安全有效的中药，给自己带来健康，给家人送上关怀。小小的一杯茶中，浓浓的茶香混合着淡淡的药香，原来，养生保健可以如此简单愉快。养生养心中国茶，喝茶是中国人几千来的习惯，茶是中国的第一饮品，喝茶不仅可以解渴，可以怡情，更可以带来各种实实在在的健康益处。除了茶叶以外，我们还习惯将一些食材、药材用泡茶的方式来饮用，如人参茶、菊花茶、枸杞茶、决明子茶等，既得了饮茶之乐，又起到了治病强身的功效。这种茶饮是中国人独有的一种健康生活方式。很多人不喜欢喝中药，因为不仅难以下咽，而且熬制起来也过于麻烦也有很多人不习惯对症养生菜肴，因为加工不方便，而且很多情况下只有病人一个人吃，量大又浪费。那么有没有一种方式可以尽得其好而没有那么多麻烦事呢有，就是本书用小茶包冲泡的茶饮，它有很多好处，可以说是最实用的一种健康养生方式了。方便简单的方子，易购的材料，简单的加工，然后花上几分钟时间就可以做出几天甚至更长时间的茶包。便于储存，便于饮用，每次取一包，开水一冲即可。有效虽然是如此简单，但一点也不影响其功效，对症的各种小方子扫光各种小病不适，辅助治疗各种慢性病和顽固疾病。对量没有小茶包的话，茶饮每次都需要量取材料，制作十分麻烦，用了小茶包一切就迎刃而解，保证剂量安全、准确、有效。心安病人对药有一种天然的抗拒心理，吃药毕竟不是一件愉快的事情，但是喝茶就不一样了，它可以让你心情愉悦，好心情本身就是一种治百病的良药。茶包小偏方，健康随身带，带着我们对您的祝福，也带着您对家人浓浓的关爱。我家院里有棵玉兰，因为院里暖和，每年都早早的开花。我以前总想开这么早，天气这么冷，那些没有树叶配、没有青草和、孤单单的花朵需要多大的勇气才能绽放。终于等到树叶要出来的时候，花却已经败了。在今年玉兰花开的时候，我做了个媒。而在玉兰叶出来的时候，我将赴谢媒宴。

男生大和我师从于同一个老师，已过而立之年的他，单身已久。第一次婚姻，让他损失了年轻时候打拼出来的积蓄，也赐给了他一个粉雕玉琢女儿。离婚后他与父母同住，父母帮他带孩子，而他忙于事业，不过这么长时间单身的主要原因，是他女儿让大多数想跟他交往的女生望而却步。

女生大的已故前夫是我以前合作过的一个团队主管，我和她前夫关系很好，在他们当年的婚礼中充当临时救场的伴娘。他们结婚以后，我和大才开始熟识，大高中的时候父母因为车祸身亡，她和弟弟靠着赔偿款上学，赔偿款用完了，她就放弃考研参加工作供弟弟上学。她弟弟出国留学，顺利留在国外。她以为困难已经结束之后，嫁

茶包小偏方速查全书和描述的一样，好评！上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具不这么说，不这么写，就会别扭工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是器，有时候又是事，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对腔调本身的赞美。|发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东2013年3月30日晚间，京东商城正

式将原域名360更换为，并同步推出名为的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入域名后，网页也自动跳转至。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360，新切换的域名更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为京东二字的拼音首字母拼写，也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书谢谢你离开我是张小娴在想念后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装祯到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。洗脑术怎样有逻辑地说服他人全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最

写的的书都写得很好，神农遇茶而百毒解，茶，自始至终都是一种养生的良药，我们再搭配以科学、有效、对症的中药方，轻松携带，随时冲泡，既没有熬制中药的劳心劳力，又没有烹调药膳的繁琐劳累。茶包小偏方，健康随身带！还是朋友推荐我看的，后来就非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。茶包小偏方速查全书，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读工作中，外出时，家庭聚会上不妨泡上一杯自己亲手制作的小茶包，用一点家庭常见的食材，用几味安全有效的中药，给自己带来健康，给家人送上关怀。小小的一杯茶中，浓浓的茶香混合着淡淡的药香，原来，养生保健可以如此简单愉快。,阅读了一下，写得很好，神农遇茶而百毒解，茶，自始至终都是一种养生的良药，我们再搭配以科学、有效、对症的中药方，轻松携带，随时冲泡，既没有熬制中药的劳心劳力，又没有烹调药膳的繁琐劳累。茶包小偏方，健康随身带！，内容也很丰富。,一本书多读几次，。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。茶包小偏方速查全书，超值。买书就来来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。工作中，外出时，家庭聚会上不妨泡上一杯自己亲手制作的小茶包，用一点家庭常见的食材，用几味安全有效的中药，给自己带来健康，给家人送上关怀。小小的一杯茶中，浓浓的茶香混合着淡淡的药香，原来，养生保健可以如此简单愉快。,买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。中国人讲虚实相生，天人合一的思想，于空寂处见流行，于流行处见空寂，从而获得对于道的体悟，唯道集虚。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡留白、布白，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮

茶包小偏方速查全书这本书还行就是发货慢了点我同天下了五个订单结果这个比另外四件包裹晚了两天才到!工作中，外出时，家庭聚会上不妨泡上一杯自己亲手制作的小茶包，用一点家庭常见的食材，用几味安全有效的中药，给自己带来健康，给家人送上关

很多人都觉得心理学很神秘，甚至于把心理学理解成近似于一种巫术，认为心理学专家跟算命先生一样，人往面前一站，他就应该知道站在他面前的人心里想的是什么。这明显是对心理学的误解，更是将心理学神化之后的结果。

如果说心理学家能够看透别人心里的想法的话，那也是在跟人接触或者说交流了一段时间后才可能做得到的。其实，心理学就是一门研究人的心理活动规律的科学。心理学者只是在尽可能地按照科学的方法，间接的观察、研究或思考人的心理过程是怎样的，人与人有什么不同，为什么会有这样和那样的不同，即人的人格或个性，包括需要与动机、能力、气质、性格和自我意识等，从而得出适用人类的、一般性的规律，继而运用这些规律，更好地服务于人类的生产和实践。心理学本质是唯物的，这确定了它的科学性，它不神秘，在物质世界发展到一定程度后，是人们想探索自己而衍生出的一种别样的探索，一种伟大的探索，一种人之所以为人的探索。对于个人而言，不必要求自己成为专门的心理学专家，但是我们应该了解一些心理学知识，了解我们自己和我们已经碰到或者将要碰到的人和物。因为现代社会，纷繁复杂、瞬息万变，每一个人都无时无刻不在与他人进行沟通和交往。要在这个波诡云谲的人生之海中，绕过波涛汹涌的暗流，绕过错综复杂的险礁，寻找一个人生航向的指南针，多学点心理学，具有了解他人心理变化与动向的本领，是非常关键的，它能让你的人生方向不致有失偏颇，摆脱无所适从的困惑；它能让你具有认清环境和辨别他人的能力，使每个人在风云突变之际，从容地让心灵栖息在生命的-港湾。

心理学是现代生活中人们最广泛涉及的主题，无论生活中的衣食住行，为人处世，还是工作中的人际关系，都离不开心理学，都需要懂点心理学。本书将从十个方面，生动有趣地介绍生活中最常见的种种心理现象。

第一，驱除坏情绪的困扰。在生活中，总有一些不适应或者痛苦与挫折等诸多的不如意，也正是这诸多的不如意影响着我们的心情，牵制着我们的情绪，剥夺着我们的幸福。所以，让坏情绪宣泄出来，就可以避免很多心理和生理的疾病。

第二，在社会交往中如何做一个受人欢迎的&"狐狸&"。要学会与不同品性的人交往，用不同的交际之道，做一个到处受人欢迎的&"狐狸&"，就需要积极地了解一些交往的心理学知识，巧妙地利用各类效应，给他人留下一个好印象，同时也帮助自己克服在人际交往中各类效应的消极作用。

第三，婚恋是人类永恒的话题。无论是恋人还是夫妻相处都是一个复杂的问题。要想获得浪漫而幸福的爱情和婚姻，就要懂得一些婚恋心理学，这样才能把握住属于自己的幸福，把&"难念的经&"念成&"幸福的经&"。

第四，在职场中如何让自己做一只善跑的羚羊。职场如战场，关系到人的生存和自我价值的实现。从初涉职场的那一刻起，人生的角色便发生了转变，在新的生活舞台中，为了使自己能成为生活的主导，了解职场中的各种问题，洞悉问题深层次的心理因素就显得尤为重要。

第五，成败就像一只看不见的手，操控着我们的思想与行动。持有怎样的心态，也就决定拥有怎样的命运，怎样的人生。有些想法会使人走向成功，也有一些坏的阴影会使我们越来越远离成功。

在这竞争日益激烈的时代，一切致力于建功立业者，一切致力于扩展人脉者，一切致力于追求幸福者，一切谋求职场成功者，习与掌握了相关的心理学知识，就能够占尽先机，无往而不胜，成为生活的强者。

&"千里之行，始于足下&"。就让我们从阅读此书开始，多多训练自己了解和掌握心理学的本领，成为一个有所作为的人吧！

[茶包小偏方速查全书 下载链接1](#)

书评

[茶包小偏方速查全书 下载链接1](#)