

菊花茶作用 荣幸天大药房

产品名称	菊花茶作用 荣幸天大药房
公司名称	湖北荣幸天大药房连锁有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	武汉市蔡甸区蓂山街常福新城19号8栋4层2室
联系电话	15377595417 15377595417

产品详情

电脑族多用菊花茶熏眼

电脑族的眼睛经常觉得累，干涩、流泪、视物模糊，因此，在白领中很流行休息时戴护眼罩、遮光眼罩等来缓解这些不适症状，这些产品虽然具有一定的短期作用，但没有严格的临床使用报告。

眼睛累是由于长时间注视电脑屏幕，眨眼次数减少，使角膜不能得到充分的滋润。

推荐用菊花泡茶，然后用蒸汽来熏眼部，夏晓波医生认为，热敷可以促进眼睛局部的血液循环，而菊花中有明目效果的成分会随热气缓缓进入眼部，熏蒸时闭目养神，对眼睛本身就是一种休息，然后用手**放松眼部周围的肌肉，可以起到很好的疗效。当然，用眼过度产生的眼疲劳，关键是让眼睛好好休息，电脑屏幕上显示器的亮度应为周围光线的3倍左右，屏幕的上端稍微低于视线10~15度，眼睛与电脑屏幕距离要保持在60厘米以上，还应多吃富含维生素a的食物，如胡萝卜和动物肝脏等。

电脑族适合的花草茶

- 1、甘菊：具有帮助睡眠、润泽肌肤的功效，也可改善女性经前不适。可消除各种不适引起的身体酸疼，退肝火，消除眼睛疲劳。
- 2、素馨花：生津益气，养肝明目，滋阴补神，排毒养颜，健胃消积，安神补脑。
- 3、金莲花：具有清热解毒，养肝明目，提神健胃等功效。
- 4、菊花：具有解毒、清热及改善眼睛疼痛的功效。

5、勿忘我：清热解1毒，清心明目，滋1阴除烦，生津润喉，健胃消积。对治1疗头疼、牙痛都有明显疗1效。

6、甘1草绿茶：帮助抵抗辐射的损伤，有效的清除身体内的毒1素。

喝菊花茶的坏处

有过敏体质的人如果想喝菊花茶，应先泡一两朵试试，如果没问题再多泡，但也不应过量饮用。此外，由于菊花性凉，体虚、脾虚、胃寒病者，容易腹泻者不要喝。一般情况下，菊花茶适合头昏、目赤肿痛、嗓子疼、肝火旺以及血压高的人喝。

喝菊花茶时，人们往往还喜欢加上几颗冰糖以增加口感。专1家认为，菊花茶加冰糖是可以的，菊花茶作用，但是对于患有糖1尿病或血糖偏高的人，别加糖，应单喝菊花。此外，还有一些脾虚的人也不宜加糖，因为过甜的茶会导致这类人口黏或口发酸、唾液多。所以，不明确自己体质的人喝菊花茶还是别加冰糖为好

菊花茶作用-荣幸天大药房(推荐商家)由湖北荣幸天大药房连锁有限公司提供。湖北荣幸天大药房连锁有限公司位于武汉市蔡甸区蓂山街常福新城19号8栋4层2室。在市场经济的浪潮中拼搏和发展，目前荣幸天大药房在库存食品、饮料中享有良好的声誉。荣幸天大药房取得全网商盟认证，标志着我们的服务和管理水平达到了一个新的高度。荣幸天大药房全体员工愿与各界有识之士共同发展，共创美好未来。