告诉你个秘密：情人节收玫瑰竟然有这么多功效-壹仁堂

产品名称	告诉你个秘密：情人节收玫瑰竟然有这么多功效-壹仁堂
公司名称	武汉壹仁堂健康科技有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	武昌区和平大道1178号武汉理工大学余家头校区教工食堂
联系电话	18007161178 18163314999

产品详情

情人节收的玫瑰，除了欣赏还可以拿来养生
、没想到情人节的玫瑰花竟然有这么多养生功效！

在这充满了浪漫、甜蜜日子里

到处都有玫瑰的花香

玫瑰花也被称为“ 爱情之花 ”

象征着爱情与美丽

很多人把它作为爱情的信物

是情人之间传情达意首选花卉。

玫瑰花含有丰富的维生素A、C、B、E、K以及单宁酸，对女性朋友来说，更是保健佳品，下面就为大家介绍一下如何使用玫瑰花养生吧~

玫瑰

味辛、甘，性微温

功能理气活血、疏肝解郁

主治：肝胃气痛、食少呕恶、月经不调、铁打损伤等症。玫瑰花作为可供食用的药物，正式载入《食物本草》，民间常用玫瑰花加糖冲开水服，既香甜可口，又能行气活血；用玫瑰花泡酒服，舒筋活血，可治关节疼痛。自古就用蒸馏的方法把玫瑰制成玫瑰纯露，气味芬芳，疗效显著。《本草纲目拾遗》说：“玫瑰纯露气香而味淡，能和血平肝，养胃宽胸散郁。”

一、玫瑰花茶

做法：

1、应选用高质量水质，矿泉水、纯净水，煮沸后进行泡喝。

2、玫瑰花茶不要用开水冲洗，用温水冲洗，有利于营养析出。

3、把玫瑰花茶放入适量，用80度到90度放置的开水进行温泡5分钟，即可饮用。

功效：

1、消除疲劳增强体质

常喝玫瑰花茶可以有效的缓解疲劳，舒散心情，散发郁气，减散腰酸背痛等不良症状，增强体质都有良好的作用。

2、改善肠胃调理气血

玫瑰花茶具有调节内分泌，增强血液循环，健脾养肝，增强气血的功效。

3、美容养颜调经止痛

常喝可以滋润皮肤，祛除黑斑，改善肤色，同时对女性痛经、月经不调等症状都有辅助治疗作用。

二、玫瑰花酒的做法

1、白酒：可选用鲜玫瑰花或干玫瑰花。将玫瑰花洗净后，于白酒中浸泡一个月左右，可在酒中加冰糖适量。此酒散发独特的玫瑰芳香，香而不腻，入口绵甜，醇正柔和，回味悠长。具有祛风寒，降血压，滋阴补肾，提神醒脑，改善内分泌等，特别对妇科病、心脑血管病、跌打损伤有奇效。

2、红酒：需选用干玫瑰花或者食用玫瑰花，把适量的玫瑰花洗净泡入红酒中，浸泡一个星期后即可饮用。此酒口感甘甜，味道浓郁。具有疏肝通络、活血散郁、防老抗衰。特别对女人美容养颜有很好的效果。

三、玫瑰酱

主料：

玫瑰花瓣80g、砂糖80g、蜂蜜30g

1、玫瑰花瓣用纯净水浸泡清洗干净，清洗后把水分晾干。

2、晾干的花朵把花瓣掰下来去除花蒂和花芯，放入无水无油的盆里。

3、加入80克砂糖，用手揉搓，把花瓣与糖揉搓融合。

4、瓶子放锅里煮沸沥干水分备用，揉好的花瓣放入瓶子里。

5、瓶子不要装满，因为玫瑰酱在放置过程中会发酵，7分满即可再倒入1cm高的蜂蜜。

6、盖上盖子放阴凉处即可，一星期后即可开盖食用。

美容养颜

常饮用玫瑰花茶可养颜美容。中医认为，面色红润与否与人体气血关系密切，而玫瑰花茶具有行气活血、调和脏腑的功效，经常饮用不仅能够让黯淡的面色逐渐红润起来，对面部一些色斑也有明显的改善作用。

祛痘补水

玫瑰花干可以调节内分泌，控制水油含量比例，能够有效祛痘，冷香玫瑰+玫瑰茄+桃花=祛斑除痘补水。改善皮肤质地。

调经止痛

玫瑰花茶具有活血散淤、调经止痛的功效。对于那些痛经较严重的朋友，除了喝玫瑰花茶外，痛经发作时还可用鲜玫瑰花200克，煎汤，浓缩成稀糊状，摊在四层纱布上，趁温热敷于脐部，胶布固定，每天换药一次。

缓解抑郁

中

医认为，玫瑰花的药性温和，能够理气活血、疏肝解郁，具有镇静、安抚、抗忧郁的功效。女性在月经前或月经期间常会有些情绪上的烦躁，喝点玫瑰花可以起到调节作用。在工作和生活压力越来越大的今天，即使不是月经期，也可以多喝点玫瑰花，安抚、稳定情绪。

养气补肾

气虚者取玫瑰花15克加入大枣3—5枚或西洋参9克，肾虚者可加入枸杞子15克，代茶饮用。泡过的玫瑰花切勿随手扔掉，可将其捣成糊状，睡前敷于面部，干后温水洗去。长期坚持可滋润肌肤、促进血液循环、消除色斑、改善肤色。

陪伴是最长情的告别

祝大家永远健康幸福守护彼此