

[中药秘方]养生妙招枕中藏 PDF转换可能丢失图片或格式，
建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/242/2021_2022__5B_E4_B8_AD_E8_8D_AF_E7_A7_98_c23_242343.htm

中医认为，人的头颈之处，穴位密布，久枕药枕，可使药物缓慢持久地刺激穴位，从而达到祛病、健身、延年的功效。现将药物枕制方法与功能介绍如下：
茶叶枕。将泡饮过的剩余茶叶晒干，再掺以少量茉莉花拌匀装袋即成。具有防火、防压、清热、解毒、明目、利尿和消暑等功效。
菊花枕。将干菊花装入布袋中作枕适用于头痛、头晕、疮疖、肿毒、风火眼赤、昏花或血压偏高等病症，具有防治功效。
绿豆枕。将绿豆汤剩下的绿豆皮晒干，再掺以整个或碎的绿豆装枕即成。因绿豆性寒，故有清热解毒、止渴防暑和利尿消肿等功效，常用来防治头痛脑热、眼赤喉痛、疮疖肿毒和心烦口渴等病症。绿豆如与菊花、决明子共做成药枕，可以清心、解热毒和退目翳等功效。民间将此药枕又称之为明目枕。
五叶枕。由桑叶、竹叶、柳叶、荷叶和柿叶五种掺匀并装袋而成。因其性味苦寒，故能治疗暑热头昏、眼赤模糊、耳喉肿痛和高血压等病症。
白矾枕。白矾又叫明矾，性寒，味酸涩，故有解毒与燥湿的功效。用碎末装袋作为垫枕，有清热解头火、降压醒脑和清痰祛湿毒的治疗作用。
小米枕。性温平，凉热适中，尤其适用于小儿枕用，具有防病健身助发育的功效。转贴于：

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问
www.100test.com