



東華三院
Tung Wah Group of Hospitals

東華三院 中醫保健 養生湯水推介



玫瑰花茶「氣鬱質」

材料：	玫瑰花 10克
製作方法：	加入適量清水及玫瑰花煮沸約5分鐘，熄火後加入少許蜂蜜即可飲用，可重覆用開水泡服。
功效：	疏肝解鬱。
適應範圍：	肝氣鬱結而致胸悶，失眠，心情鬱鬱不歡等，及有需要調理者。
用法：	一人量，每日分2次服完。每周服用2-3日，因應情況，可連服1-2個月；可作為日常飲料。
服用須知：	肝火熾盛者不宜服用，花粉過敏者慎用。

