



中药泡茶防治感冒

<http://www.firstlight.cn> 2010-12-15

取板蓝根、大青叶各50克，野菊花、金银花各30克。同放入杯中，用沸水冲泡代茶频服。对预防性感冒、流行性脑炎及呼吸道感染有较好疗效。

取贯众、板蓝根各30克，甘草15克。以上3味中药用开水冲泡后，代茶饮用。有较强的抗流感病毒的疗效，且清热解毒功效良好。

取生姜3片、红糖适量。以开水冲泡，每日1~2次，随时温服。适用于风寒感冒、发热、头痛、咳嗽或恶心、呕吐、腹胀、胃痛等症。

取生姜、苏叶各3克。放入杯内以开水冲泡10分钟，代茶饮用，分早晚两次温服，适用于风寒感冒、头痛发热等症。

[存档文本](#)