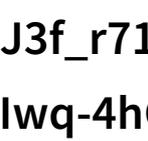
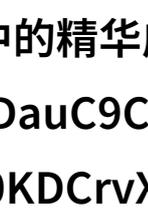


柠檬茶疗养入戏扶他柠檬茶的温馨养生之道

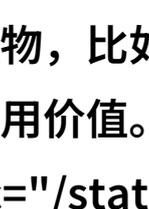
是什么让我们选择了柠檬茶？

在这个快速变化的时代，人们对健康和生活质量的追求日益增长。如何有效地减压、增强免疫力，成为现代人最关心的问题之一。在众多保健品中，有一种传统的饮品逐渐受到人们青睐——柠檬茶。它不仅因为其清新可口，还因其独特的功效而备受推崇。

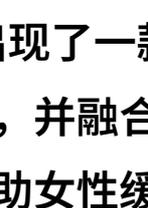
柠檬茶中的精华成分

柠檬是一种含有丰富维生素C和其他营养素的水果，它们对于维持身体健康至关重要。而将柠檬加热煮沸后制成的一杯香浓美味是许多人每天必不可少的一部分。此外，不同地域的人可能会根据自己的习惯加入一些其他草本植物，比如薄荷叶或迷迭香，以增加饮料的风味，同时也能进一步提升药用价值。

入戏扶他柠檬茶著：一款特殊配方

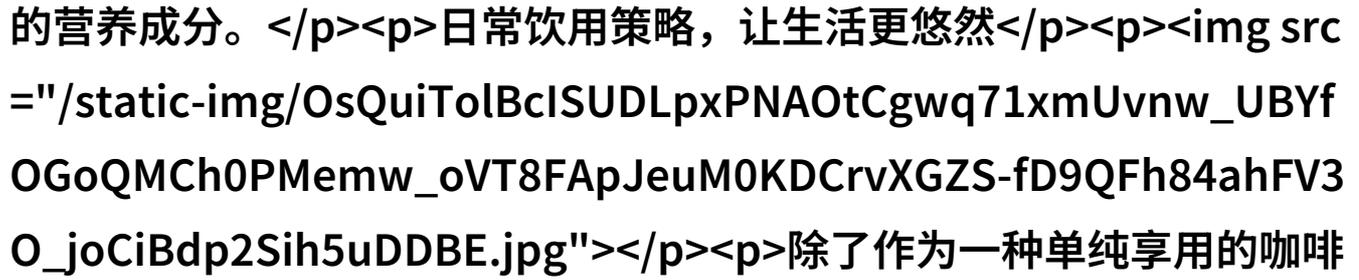
为了满足 不同群体对健康产品需求，市场上出现了一款名为“入戏扶他”的特别配方，这款专门针对女性用户设计，并融合了传统中医理念与现代营养学知识。这种特殊配方不仅能够帮助女性缓解月经期间所需承受的心理压力，还可以促进血液循环，改善肌肤状况，为都市女性提供一个既美味又实用的自我护理方案。

如何正确制作入戏扶他柠檬茶？

制作好的入戏扶他柠檬茶，其秘诀在于材料选用和烹饪技巧。在选择高品质新鲜蔷薇花蕾取代一般使用的大蒜时，将使整杯汤更加细腻

且易消化。同时，不要过度加糖，以免掩盖掉原本汤内自然流露出的甜美气息。此外，在烹饪过程中，要确保水温恰到好处，以避免破坏原有的营养成分。

日常饮用策略，让生活更悠然



除了作为一种单纯享用的咖啡替代品之外，我们还可以将这款特殊配方纳入我们的日常生活中，更充分发挥其作用。一旦形成良好的饮食习惯，每天定时喝下一杯这样的提神醒脑佳肴，无疑能让你的工作效率大幅提高，同时还能保持最佳的心态状态，对抗精神疲劳和心理压力。

结语：分享给身边的人，让大家一起享受这份宁静

最后，如果你发现自己被这些简单却深远的话题所吸引，那么别忘了把这份幸福感分享出去，与身边的人共同享受这一刻。这就是为什么很多朋友都喜欢在家里做出这种小确幸，而不是去购买昂贵或复杂的手段来寻找快乐。在这个忙碌而竞争激烈的世界里，让我们找到属于自己的宁静角落，用真正意义上的“自我护理”，为自己带来平衡与满足感。

[下载本文pdf文件](/pdf/459892-柠檬茶疗养入戏扶他柠檬茶的温馨养生之道.pdf)