

สารบัญ

ชาตามตำนาน	11
ภาษาเกี่ยวกับชา	17
ทำความเข้าใจจักชา	19
เส้นทางแห่งชา	29
ชา : เครื่องดื่มสำหรับคนทุกชนชั้น	35
ชงชาอย่างไร	43
วิธีจิบชาใน 1 วัน	47
ชาอุดมด้วยสารอายุวัฒนะ	53
ดื่มชาอย่างไรดี	69
จิบชาลดความเสี่ยงสารพัดโรค ต่ออายุให้ยืนยาว	77
ชากับความงาม และสารพัดประโยชน์อื่น	95
เครื่องดื่มชาสมุนไพร กับ ยาชาสมุนไพร	105
ดื่มชาทำนายนิสัย	123
เก็บตกแวดวงชา	139
จิบชาทุกวัน : 1 ในปัจจัยต่ออายุขัยให้ยืนยาว	147



ข้อ
๒๒ ๒๖๖-๕๔



ต่ออายุด้วยชาบำบัด

มัชฌิมา : เรียบเรียง

สำนักพิมพ์บีเวลล์ สปีชีเอล : จัดพิมพ์

© 2003 บริษัท สุขภาพองค์รวม จำกัด

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

มัชฌิมา.

ต่ออายุด้วยชาบำบัด, -- กรุงเทพฯ : บีเวลล์ สปีชีเอล, 2554.

160 หน้า

1. ชา 2. เครื่องดื่มสมุนไพร i. ชื่อเรื่อง

641.3372

ISBN : 978-616-7460-26-0

เลขหมู่	615.321
	๘ 112
	2554
เลขทะเบียน	18487
วันที่	1 / ส.ค. 2554

พิมพ์ครั้งที่ 1 : มีนาคม 2554

จำนวนพิมพ์ : 3,000 เล่ม

มยรี ดำรงค์เชื้อ : บรรณาธิการ

อภิสิทธิ์ ธีรประทีป : บรรณาธิการผู้ช่วย 113080

ปริยาภา สอนสวัสดิ์, อุมาร วัฒนชัยกุลวงศ์ : พิสูจน์อักษร

บริษัท สุขภาพองค์รวม จำกัด : เจ้าของ

สำนักพิมพ์ บิคโดมอนด์ : ผู้แทนจำหน่าย

81 ถนนเสรีไทย แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ

โทร.0-2540-1919 โทรสาร 0-2540-1818

BSTI DEPT. OF SCIENCE SERVICE
สำนักหอสมุดฯ กรมวิทยาศาสตร์บริการ



1110013654

บริษัท อมรินทร์ บิค เซ็นเตอร์ จำกัด : จัดจำหน่าย

108 ม.2 ถ.บางกรวย-จตุรรม ต.มหาสวัสดิ์ อ.บางกรวย จ.นนทบุรี 11130

โทร.0-2423-9999 โทรสาร 0-2449-9222; 0-2449-9500 ถึง 6

Homepage <http://www.naiin.com>

สำนักหอสมุดและศูนย์สารสนเทศวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

ราคา 140 บาท

2