

COVID-19

第二講

防疫知多少

- 名方
- 良方
- 食療方

田森傑中醫師/牧師 (Dr Timothy Tin)

中醫防疫講座系列



薑蒜檸檬茶

薑：5片

蒜：5粒



檸檬：1個連皮切開

薄荷茶包：1包



薑蒜檸檬+五碗水中火煮15分鐘，沖薄荷茶包後，張口吸蒸氣入喉嚨、鼻腔、氣管，深呼吸並喝茶！



田森傑醫師 2020年2月2日



中醫防疫講座系列

COVID-19
防疫知多少

www.wordincross.wixsite.com/word 田森傑 牧師 (Rev.Timothy Tin) cabcduarte.org

每兩日煮一次！另外半碗薏米加三片陳皮用五碗水煮二十分鐘有助化痰！（怕凍煮加兩片姜，薏米先炒黃再煮，但孕婦禁飲！）薑可祛風散寒、健脾止嘔，大蒜可殺菌及增強免疫力，檸檬有維生素C又可預防流感，薄荷是治風寒外感的中藥，但用其蒸氣入吼嚨與鼻腔可抗制病毒，使氣管暢通！



中醫防疫講座系列

COVID-19
防疫知多少

www.wordincross.wixsite.com/word 田森傑 牧師 (Rev.Timothy Tin) cabcduarte.org

食材

潤肺：梨、百合、麥冬、銀耳、

止咳：北杏、枇杷葉、金桔、楊桃

化痰：薏米、陳皮、羅漢果

通陽：蒜、蔥白

解毒：薄荷、紫蘇葉、板藍根、魚腥草、
甘草、綠豆

清熱：菊花、金銀花、夏枯草、雞骨草

補氣：黃芪、黨蔘、淮山

健脾：生薑、茴香、丁香、山楂、肉桂、
紅棗

中醫防疫講座系列

COVID-19
防疫知多少

www.wordincross.wixsite.com/word 田森傑 牧師 (Rev.Timothy Tin) cabcduarte.org

其他有關中國這次出的三藥三方可以請大家回看講座去截圖，網路上也可以查到，只是在美國不容易買得到！

COVID-19

防疫知多少

中醫防疫講座3



民間防疫涼茶與食療的介紹

主講：田森傑中醫博士

日期：六月十六日(星期二)

時間：(西岸)晚上7:30

登入：www.LovingGraceChurch.com

(聚會前的15分鐘就可進入)