

caishu11 / December 04, 2012 04:48PM

### [讓你的皮膚更有活力的三種花茶](#)

人體是細胞組成的，只要我們平時注意給細胞補充需要代謝的養分就能夠使我們的皮膚有彈性，秋季裏皮膚會遇到許多問題，其中最大的問題是肌膚缺水，利于美容養顏的花茶，<http://baring.bricoblog.fr/316609/Slowly-getting-old/>只需要你把平時喝的水換一換就可以讓你的肌膚得到滋潤，趕快試試吧。

大棗蘋果茶:大棗補血養生，是女性最好的保養食物之一，<http://kfcseafood.insanejournal.com/24123.html>蘋果又是大家公認的健康排毒食物，可以起到防止肥胖、治療便秘和調節機體酸堿度的作用，是每天排毒養顏的好選擇。

很多人都有喝茶的習慣，但很少有人知道喝茶也美容，<http://departkfc.blogzoom.fr/1079107/Bloody-Hunger-Games/>愛美的你趕快來喝茶吧，喝出你的美麗來。

玫瑰花:最美麗的玫瑰花也是最養顏的美容茶，<http://so86.blogspot.com/2012/12/04/>很多女性都喜歡選擇玫瑰花來保養美麗的容顏，玫瑰花可以與其他花果茶搭配飲用。

菊花茶:菊花茶是我們都很熟悉的養生茶飲，<http://qazwsx321.createblog.com/blog/entry.php?id=440120>也是大家常喝的一種茶，用白菊花和上等烏龍茶焙制成的排毒養顏茶，對於每天都要忍受著電子污染的辦公室族們來說，是對適合的健康茶飲。<http://oo86.tumblr.com/post/37164990444/are-thinking>菊花茶中的白菊花具有排毒的作用，能夠清除體內的化學和放射性物質。

---