



健康关注

“养生水”，你喝对了吗

□ 田晓航 徐鹏航



薏米水、陈皮水、枸杞红枣水……主打健康概念的“养生水”，正成为炎炎夏日里许多人的饮品新宠。市售瓶装养生饮料养生效果如何？它们与中药代茶饮有何区别？如何科学选择养生饮品？