

在夏季菊花茶是人们的最爱，由于夏季人们是最容易中暑和上火的。所以人们在夏季都会把菊花茶当饮料的喝。因为菊花茶有清热解暑的作用，并且效果还非常明显。有的爱美女性还会喝菊花茶是因为它有塑形降脂的作用。那么菊花茶的功效还有哪些？



2、塑形降脂：它可以消除身体水肿、降低血脂，在外表看来确实可以起到一定塑形的作用，但是无法真正消耗脂肪，建议适量运动时饮用菊花茶补充营养、消除疲劳，可以达到塑形的效果。

3、祛火解热：它有清热解暑的功效，可以清肝明目、清热解毒等功效，适合夏季饮用。