

艾灸怎么样 潍坊韩氏本草堂医药 山东艾灸

产品名称	艾灸怎么样 潍坊韩氏本草堂医药 山东艾灸
公司名称	潍坊韩氏本草堂医药有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	潍坊高新区北海路与福寿东街交叉口东150米
联系电话	13806368429

产品详情

荸荠藕汁汤：选荸荠和鲜藕各250克，一起煎汤后，加入适量冰糖。分三天吃完，有润胃凉血降火的功效。

经常熬夜引发第二把火--肝火

典型症状：头晕、睡眠不稳、爱发脾气

经常熬夜会打乱人体正常的作息时间表，不能如期休息，于是只好加班加点将体内积存的杂质清除，这无疑加重了肝本身的负担，艾灸怎么样，肝火也就随之“点燃”。难怪有些人在长假期间脾气见长，其实跟没睡好大有关系。

还有些肝火会表现为头晕、眼干、口干舌燥、口苦两肋胀痛、睡眠不稳、身体闷热、舌苔增厚等。

潍坊韩氏本草堂有限公司供应各种膏方、中药欢迎新老客户来电咨询，订购！

防火要领：稳定情绪、充足睡眠

对于血压高、平时性子就比较急的人，艾灸哪家好，要注意防范肝火来袭。这在中医上被称为“阳气素盛”，尽量不要生气，“怒易生火，易伤肝”，会引起肝气在体内堆积，从而导致肝气易结，气血不畅。防肝火，睡眠是很重要的一点，每天晚上12点前尽量入睡，如果做不到不熬夜，那么之后一定要补足睡眠。

要预防肝火旺，除了睡眠足够、心情放松，一些简单的药材或食物也有助于清火，肝火旺盛的人，要多吃些木耳、菊花和莲子这样偏凉的食物。少吃辛辣、海腥、过腻过酸、煎炸食品，山东艾灸，以及羊肉、海虾、肥肉、等，以免“火上浇油”。

潍坊韩氏本草堂有限公司供应各种膏方、中药欢迎新老客户来电咨询，订购！

对于施灸的先后顺序古人有明确的论述，如《备急千金要方·灸例第六》说：“凡灸，当先阳后阴……先上后下。”《明堂灸经》也指出：“先灸上，后灸下；先灸少，后灸多。”就是说应先灸阳经，后灸阴经；先灸上部，再灸下部；就壮数而言，艾久仓，先灸少而后灸多；就大小而言，先灸艾炷小者而后灸大者。上述施灸的顺序是指一般的规律，不能拘泥不变。如的灸治，则应先灸长强以收肛，后灸百会以举陷，便是先灸下而后灸上。此外，施灸应注意在通风环境中进行。

艾灸怎么样-潍坊韩氏本草堂医药-山东艾灸由潍坊韩氏本草堂医药有限公司提供。潍坊韩氏本草堂医药有限公司位于潍坊高新区北海路与福寿东街交叉口东150米。在市场经济的浪潮中拼搏和发展，目前本草堂医药在植物药材中享有良好的声誉。本草堂医药取得全网商盟认证，标志着我们的服务和管理水平达到了一个新的高度。本草堂医药全体员工愿与各界有识之士共同发展，共创美好未来。