

月经量少 武汉三好堂

产品名称	月经量少 武汉三好堂
公司名称	武汉三好堂中医门诊部有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	武汉沌口经济开发区东风大道金桥太子湖1号B幢1-2层
联系电话	13407136801

产品详情

经期保健误区：1、捶腰不少女性在经期也会习惯性地捶打腰部缓解腰部酸胀。但这么做却犯了错。妇科专家指出，经期腰部酸胀是盆腔充血引起的，此时捶打腰部会导致盆腔更加充血，反而加剧酸胀感。另外，经期捶腰还不利于子宫内膜剥落后创面的修复愈合，导致流血增多，经期延长。2、体检经期除了不适宜做妇科检查和尿检，同样不适宜做血检和心电图等检查项目。因为此时受荷尔蒙分泌的影响，难以得到真实数据。3、拔牙不能在经期拔牙!否则，不仅拔牙时出血量增多，拔牙后嘴里也会长时间留有血腥味，影响食欲，导致经期营养不良。这是因为月经期间，子宫内膜释放出较多的组织激活物质，将血液中的纤维蛋白质溶解酶原激活为具有抗凝血作用的纤维蛋白溶解酶，同时体内的血小板数目也减少，月经量少，因此身体凝血能力降低，止血时间延长。

养生：月经期要少喝牛奶红花山楂泡药酒 助你巧治月经少经期变化1、经期受内分泌影响，大脑皮层兴奋性降低，免疫力下降，容易诱发疾病。2、经期盆腔充血，子宫内膜脱落时会使宫腔形成一些伤口，宫口平时紧关，经期稍张开，易被病菌侵入。3、阴道的PH值因经血冲洗而改变，防御功能下降，而且经血又可促使病菌生长繁殖，生殖器比平时容易发炎。1、经期应保持外阴清洁，以淋浴或擦浴为宜，切勿盆浴。2、每晚可用温开水冲洗外阴，洗时注意避免污水进入阴道内。3、大小便后用卫生纸从前向后揩拭，以防污染内、外生殖器。4、经期一定要选择质地柔软、色淡、无菌的卫生巾，并要勤换。5、经期可以从事力所能及的适当活动，如散步等，以促进血液循环，使月经通畅。6、注意营养和睡眠，多吃些营养丰富、容易消化的食物，不宜吃得过饱，并多喝开水，保持大便通畅。玫瑰四物饮配方成份：用料：当归三两、白芍五两、熟地二两、川穹一两、红枣二两做法：1、用一大锅水浸泡药材30分钟，玫瑰花是熬好之后再放入，所以刚开始不用浸泡；2、浸好药材之后先用大火煮到滚开了再转小火，盖子盖好；3、小火煮2-3小时后，再转大火煮沸，放入玫瑰花，搅拌一下，再转小火，盖上盖子；4、五分钟后熄火，再十分钟后把药汁倒入锅子，等药汁放凉了，可以装入小的宝特瓶，放入冰箱储存。用法：每次导出一小碗加热饮用，月经结束后开始饮用，一天两次，早晚、午晚，空腹、饭后均可，连喝七天，也可以一天喝一次，连喝十四天。 月经量少-武汉三好堂(在线咨询)由武汉三好堂中医门诊部有限公司提供。武汉三好堂中医门诊部有限公司(whshtzy.tz1288.com)为客户提供“三好堂”等业务，公司拥有“三好堂”等品牌。专注于其它等行业，在湖北武汉有较高知名度。欢迎来电垂询，联系人：林经理。