

江西石竹枸杞 三好堂中医

产品名称	江西石竹枸杞 三好堂中医
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

一般痛1经或是因为吃了生冷食物，或因外受寒潮，或因气血失调，气机不畅，血行受阻。因湿热蕴结，肝郁气滞所致者，常伴有食欲不振、烦躁、倦怠、面色苍白等表现。在发作时，宜治标止痛，待疼痛减轻，以预防为主才能达到较好的效果。那么有什么食物可以缓解痛1经呢？推荐：姜枣红糖水材料：干姜、大枣、红糖各30克。作法：将前两味洗净，干姜切碎末，大枣去核，加红糖煎，喝汤，吃大枣。功效：具有温经散寒功效。适用于寒性痛1经以及黄褐1斑。韭汁红糖饮材料：鲜韭菜300克，红糖100克。作法：将鲜韭菜洗净，沥干水分，切碎后捣烂取汁备用。红糖放入铝锅内，加清水少许煮沸，至糖溶后兑入韭菜汁内，即可饮用。功效：具有温经、补1气之功效。适用于气血两虚型之痛1经，并可使皮肤红润光洁。

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1泌影响，大脑皮层兴奋性降低，免1疫力下降，容易诱发疾病。2、经期盆1腔充血，子1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1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1器比平时容易发炎。1、经期应保持外1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1阴，石竹枸杞，洗时注意避免污水进入阴1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1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。鲜益草3克，鲜荠菜30克，菜油适量。将鲜益母1草、鲜荠菜洗净切断。把铁锅放在旺火上，倒入菜油烧热，放入鲜益母1草、鲜荠菜炒熟即可食用。1天两次，服至血止。功效：益母1草有破血、调1经的作用；荠菜含荠菜酸，能缩短出血、凝血时间，从而达到止血的目的，对血淤型月经过多特别有效。芝麻肝猪肝250克，豆油1000克实际消耗100克，芝麻100克，面粉50克，鸡蛋2个，精盐、葱、姜各适量。将猪肝切成薄片，用精盐、葱末、姜末调好，蘸上面粉、芝麻、鸡蛋汁，再在锅内放入豆油，烧至七成熟，放入蘸上作料的猪肝，炸透即可出锅装盘，佐餐食用。功效：养血益阴，滋补肝1肾。但脾虚便溏或腹泻者不宜选择此食疗方案。江西石竹枸杞-三好堂中医(图)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) 是从事“三好堂”的企业，公司秉承“诚信经营，用心服务”的理念，为您提供优质的产品和服务。欢迎来电咨询！联系人：林经理。