

中医针灸 重庆针灸 武汉三好堂中医

产品名称	中医针灸 重庆针灸 武汉三好堂中医
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

情绪激动经期应与平时一样保持心情愉快，防止情绪波动，遇事不要激动，保持稳定的情绪极为重要。如情绪激动，抑郁愤怒常使气滞进而导致月经后期、闭1经等。过于劳累经期要注意合理安排作息时间，避免剧烈运动与体力劳动，做到劳逸结合。经期繁劳过力，可导致经期延长或月经过多；反之过度安逸，气血凝滞，易致痛1经等症。饮浓茶经期应适当多饮白开水，不宜饮浓茶。因为浓茶含咖啡较高，能刺激神经和血管，容易导致痛1经、经期延长或出血过多。同时茶中的鞣酸在肠道与食物中的铁结合，会发生沉淀，针灸培训，影响铁质吸收、引起贫1血。此外，经期不饮酒、吸烟、吃刺激性强的食物。营养不足因为月经来潮后每月要损失一定量的血液，所以要适当增加营养，如蛋白质、维生素及铁、钙等。经期应多吃一点鸡蛋、瘦肉、鱼、豆制品及新鲜蔬菜、水果等。不宜暴饮暴食、饮食偏嗜，如果吃过多辛辣助阳之品可导致月经先期、月经过多等；过食寒凉生冷食物，可致痛1经、带下病症。

月经提前是的一个症状，就是指月经来潮的时间早于预期时间。可以通过饮食、起居和进行。导致月经提前的原因，中医针灸，主要以与血热、气虚等因素关系最为密切。中医认为，月经能否正常来潮，与肾以及冲任二脉关系。月经提前的原因之器质病变或等引起：包括生殖局部的、及发育异常、营养不良；颅内；其他功能失调如甲状腺等。引起月经提前的原因之神经功能失调引起：主要是 - 垂体 - 轴的功能不稳定或是有缺陷，即月经病。素体阳气盛引起月经提前的原因之素体阳气盛，或过量食用辛辣食物和补品，或情志抑郁，或久病较多的人，都容易血热。血得热则枉行，流速也加快，以致例假提前。女性在月经期应注意营养，适当补充具有补1血功效的食物，如猪肝、猪心、羊肝、牛肝、牛筋、红枣、桂圆肉、胡萝卜、菠菜、蛋类以及豆制品等，还可根据不同的体质特点采用中医食疗进行调理。羊肉粥鲜羊肉250克，大米100克，葱、姜各适量。将羊肉洗净、切片，与大米、葱、姜、以常规方法熬粥，重庆针灸，至羊肉熟烂。功效：养血，止1痛。适用于气血亏虚型痛1经。猪皮冻胶猪皮1000克，黄酒250毫升，白糖250克。将猪皮洗净后切碎，加适量水，用文火炖至汁液黏稠，加入白糖、黄酒即可。每日2次，中医针灸减肥，用开水冲化后温服。功效：养血益阴，滋肾养1肝。可治妇女血虚乏力，月1经不调等症，对腰腿酸痛者效果更佳。 中医针灸-重庆针灸-武汉三好堂中医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）在其它这一领域倾注了无限的热忱和热情，三好堂一直以客户为中心、为客户创造价值的理念、以品质、服务来赢得市场，衷心希望能与社会各界合作，共创成功，共创辉煌。相关业务欢迎垂询，联系人：林经理。