

经期量少可以喝什么汤比较好 - - 经期煲什么汤水好- 股识吧

一、月经期间喝什么汤比较好？

用红糖、生姜、大枣熬成汤，效果比较好。
可以缓解疼痛，也有补血的作用。
还可用益母草加红糖煮了喝。

二、经期煲什么汤水好

红糖姜汤

三、月经量少，月经期间喝当归乌鸡汤有效果吗？会多一点不？

展开全部您好：患者月经出现少，喝当归乌鸡汤可起到补血的功效。
而月经上出现少的情况中医上考虑是月经过少病，可由于气血亏虚导致，患者常可出现月经量明显减少，头晕，颜色淡症状。
在治疗上建议用益母草颗粒或者用妇科调经片口服治疗。
祝您健康

四、月经量少期间喝什么汤好

一般来说，经血量少，是由于雌激素水平低或子宫发育不良，建议您明确病因，对症治疗，也可请中医看看，一般也可吃些活血化瘀、补气养血的中药调理。

五、经期煲什么汤喝最好

经期煲汤首先当选当归炖鸡当归炖鸡的制作材料：主料：母鸡1000克，辅料：当归20克，调料：大葱5克，姜5克，盐3克，料酒5克，味精1克，胡椒粉1克。

1.母鸡去毛，去内脏，当归洗净后用纱布包好，放入鸡空腹腔内，加葱，姜，盐等上述调料，用小炖烂，出锅时撒胡椒粉少许，去当归渣即成；

2.每日一次，晚餐作菜佐食。

健康提示：适用于面色苍白，唇甲不华，头昏目眩，月经不调，产后虚弱，跌打损伤等症。

月经喝什么汤之当归牛肉汤当归牛肉汤的制作材料：牛肉(肥瘦)640克，当归40克，枣(干)60克，盐3克。

1.牛肉洗净，切块；

2.当归，红枣(去核)洗净；

3.全部材料放入锅内，用适量水，猛火煲至滚；

4.用慢火煲2-3个小时，用盐调味可用。

健康提示：1.血虚血滞、则月经不调，经行量少、小腹瘀痛、闭经不行；

血虚头晕，则眼花、心悸，故调经之要，贵在养血；

经期煲汤中牛肉味甘、性平、补脾胃、益气血、以滋养气血生化之源，营养丰富；

2.当归补血活血、调经止痛；

红枣味甘，性平，补脾和胃，养血和药，以加强牛肉，当归之功效。

合而为汤，补血调经；

3.凡血虚诸症，或经行不畅，用之每获良效。

外感热病，阴亏火旺者不宜饮用本汤。

六、月经期间喝什么汤比较好？

你好，经期建议多喝点红糖水。

参考文档

[下载：经期量少可以喝什么汤比较好.pdf](#)

[《股票停止交易多久》](#)

[《一只刚买的股票多久能卖》](#)

[《股票抛股要多久》](#)

[《法院裁定合并重组后股票多久停牌》](#)

[《股票一般多久一次卖出》](#)

[下载：经期量少可以喝什么汤比较好.doc](#)

[更多关于《经期量少可以喝什么汤比较好》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/article/62026617.html>