

2010年内科护理：高血压病人吃哪些蔬菜有利于降压护士资格考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/0/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E5_86_85_c21_66.htm

荠菜：初春采其幼苗作菜食用，清香可口。凡高血压、眼底出血的病人，用薺菜花15克、旱墨莲12克，水煎服，1日3次，连服15日为一疗程。请医生复测血压，如未降可继续服一个疗程；若血压已有明显下降，可酌情减服，每日2次，每次量略减少。莼菜：以江苏太湖、杭州西湖所产为佳。在动物实验中，其粘液质部分有抗癌和降血压的作用。患高血压者，每日取新鲜莼菜50克，加冰糖食粮炖服，10日为一疗程，可连续服用。刺菜：又名刺儿菜、小蓟草，我国各地均有，系野生菜。高血压病人，每日取刺菜10克，水煎代茶引用，10日为一疗程，可持续使用，但此间需及时复测血压，以保安全。菠菜：高血压病者有便秘、头痛、目眩、面赤，可用新鲜菠菜置沸水中烫约3分钟，以麻油伴食，1日2次，日食250-300克，每10日为一疗程。可以连续食用。来源：考试大的美女编辑们 马兰头：具清凉、去火、止血、消炎的功效。高血压、眼底出血、眼球胀痛者，用马兰头30克、生地15克，水煎服，每日2次，10日为一疗程，如无不适等副作用，可持续服用一个时期，以观后效。另外，还有紫菜、木耳、芥菜、海带等，在护理高血压病人时，都可选用。更多信息请访问：百考试题护士网校 护士论坛 护士在线题库 百考试题执业护士加入收藏相关推荐：2010年内科护理：高血压病人日常须知 2010年内科护理：选用降压药物的原则 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com