

桑叶泡水防夏季感冒 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/468/2021_2022__E6_A1_91_E5_8F_B6_E6_B3_A1_E6_c67_468967.htm 夏季感冒，容易出现头痛、口鼻发干、咽喉燥痛、咳嗽无痰或痰少而黏等症状。因此，治疗的关键在于清、润并用，清能散火、润能治燥，清、润合用才能治疗夏季感冒，其中常用的药物之一就是桑叶。桑叶味苦甘性寒，有疏散风热、清肺润燥功效，一种药物兼有清、润两种功效。可以选用干桑叶30克泡水，每日一次，也可以与梨皮、杏仁共煮，熬成汤当作茶喝，既可防治感冒，又能养生。针对因燥热伤肺所致的咽喉疼痛、咳嗽、咳痰等肺系病症，以及各类急慢性咽喉炎及支气管炎患者均可用桑叶配麦冬(2:1比例)，泡水代茶饮用，疗效显著。除了茶保健外，桑叶味道可口，无副作用，又有丰富的叶绿素，即使煮熟了，也依然能长时间保持青绿，散发清香。如清淡滋润的桑叶荷叶粥、桑叶红薯粥能祛风清热、健脾利湿、降压清脂等。将桑叶配菊花当茶饮，用于预防治疗外感风热感冒，效果极好。又以桑叶配杜仲叶当茶饮，用于治疗多年缺血性心绞痛和肾虚引起的腰痛效果也很好。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