

2011年公卫辅导：女性月经不调的丝瓜食疗 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/652/2021_2022_2011_E5_B9_B4_E5_85_AC_c22_652433.htm 月经不调除了借助药物的调理之外更重要的是需要靠食疗进行调理，而中国的草药书籍中记载，丝瓜性平味甘，有通经络、行血脉、凉血解毒的功效。月经不调除了借助药物的调理之外更重要的是需要靠食疗进行调理，而中国的草药书籍中记载，丝瓜性平味甘，有通经络、行血脉、凉血解毒的功效。古人认为老丝瓜筋络贯穿，类似人体的经络，故可借老丝瓜之气来导引人体的经络，使经络通畅、气血通顺，月经自然也通顺了。许多女性有月经不顺的问题，月经不顺包括月经经期及周期不规律、经量异常、生理期间身体不适等。平时饮食上注意多吃丝瓜，对调理月经不顺有帮助。中国的草药书籍中记载，丝瓜性平味甘，有通经络、行血脉、凉血解毒的功效。古人认为老丝瓜筋络贯穿，类似人体的经络，故可借老丝瓜之气来导引人体的经络，使经络通畅、气血通顺，月经自然也通顺了。方法：
1.用丝瓜络1个，加水1碗煎服，常喝可调理月经不顺。
2.把丝瓜子烘干，加水1碗煎服，水开后加入少量红糖，冲黄酒温服。早晚各1次，对调理月经不顺有效。
3.老丝瓜1个，烧干后研成细末，每次服9克，盐开水调服。可治疗月经过多。丝瓜可以烹饪成各种美味的菜肴，同时丝瓜络、丝瓜子和老丝瓜也是宝喔！特别推荐：[#0000ff>2010年执业医师笔试考试成绩查询及合格分数线](#) [#0000ff>2010年执业医师笔试考试成绩查询汇总](#) 相关推荐：[#0000ff>2011年公卫辅导：中风的10个先兆信号](#) [#0000ff>2011年公卫辅导：慢性肾衰早期预防效果好](#)

更多信息请访问：[#0000ff>公卫执业医师网校](#) [#0000ff>医师互动交流](#) [#0000ff>百考试题在线题库](#) 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