

月经期量少吃什么比较好、月经少吃什么-股识吧

一、月经量少该吃些什么

月经量少一般是气血不足造成的，可以用十全大补膏治疗

二、月经少吃什么

月经少吃什么？

三、经期量少吃什么好

女子月经量的多少因人而异，一般是20～100毫升。

一般每天换3～5次卫生巾或纸，就算是正常。

如果经血量过多，换一次卫生巾或纸很快就又湿透，甚至经血顺腿往下淌，这就不正常了。

经血过多，可能是精神过度紧张、环境改变、营养不良以及代谢紊乱等因素引起的功能性子宫出血。

经血长期过多会引起贫血，应查明原因，进行治疗。

当然，如果因为子宫、卵巢不正常或全身性疾病，引起月经量过少，这种情况也不正常，也应及时就医

四、月经很少要吃什么呢？

中药调解或者多吃枣

五、月经量少吃什么好

(1) 属气血亏虚型的宜补气养血，可服八珍丸、十全大补丸。

(2) 属阴虚血亏型的宜滋阴养血，可服六味地黄丸。

(3) 属气滞血瘀型的宜理气活血祛瘀，可服女宝、当归浸膏丸、妇康宁片、桂枝茯苓丸。

(4) 属寒湿凝滞型的宜温经散寒、燥湿化瘀，可服金蕘温经丸、女宝。

(5) 属痰阻冲脉的宜祛痰通络，可服苍附导痰丸。

注意事项：1 . 适当锻炼身体，合理安排工作、生活，改善环境、增加营养，去除慢性病灶。

2 . 应保持乐观的情绪，戒除精神刺激，尤其要避免过度的悲伤、忧愁、焦虑及恼怒。

3 . 遇事要冷静，处事要有容人之德，事后不要反复思量，郁郁寡欢。

六、月经量少平时应该多吃一些什么食物

月经少吃什么？

参考文档

[下载：月经期量少吃什么比较好.pdf](#)

[《买股票买多久可以赎回》](#)

[《股票理财资金追回需要多久》](#)

[《定增股票一般需多久》](#)

[《定增股票一般需多久》](#)

[下载：月经期量少吃什么比较好.doc](#)

[更多关于《月经期量少吃什么比较好》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/chapter/70905458.html>