

月经量小吃什么比较好——月经量少吃什么比较好-股识吧

一、月经量少吃什么才可以改善

你好！ nbsp;nbsp; ;

一般月经来潮之前饮食应易消化、清淡、富营养。

可以多吃豆类、鱼类等高蛋白食物。

并增加水果，绿叶蔬菜、多饮水。

月经量少的女性还可通过以下几中食物疗法来进行调理：1、益母草60克、红枣30克、鸡蛋10只，共煮，喝汤，吃红枣与鸡蛋(服量以舒服为度)。

用于精血不足挟瘀者。

2、黄芪30克、黄精15克、山茱萸12克、巴戟天12克、当归9克，上药研末，炼蜜为丸，每日2~3次，每次3克，吞服。

用于精血亏虚者。

3、三棱30克、莪术15克、红枣30克冰煎，分2天服，每天服2次，每次50ml。

用于血瘀者。

二、请教，月经量少，吃哪些好

病情分析：月经量少多数是由于气血虚弱内分泌紊乱导致的指导意见：，有经血暗的话，就要考虑是由于宫寒气滞血瘀导致的，最好是直接看中医调理治疗，这样更好点

三、月经量少吃什么比较好

月经过少是指，月经周期正常，每次行经天数短于3天，经血量每次不超过20ml。经血量色淡或深。

引起月经过少的原因：一、脑垂体功能低下，导致卵巢雌激素分泌不足，使子宫内膜增生不够；

二、子宫本身的病变，子宫内膜发育不良、子宫内膜结核、以及粗暴刮宫损伤了子宫内膜；

三、个体差异，因人而异。

马记鹿胎胶囊是治疗月经量少用中成药，调理气血，平衡内分泌显著。

保养子宫、恢复卵巢功能，避免了西药人工周期带来的副作用和雌激素产生的依赖性。

马记鹿胎胶囊对气血瘀滞及虚寒症引起的月经不调有非常好的调经效果。

四、月经量少吃什么好？

病情分析：月经量少多数是由于气血虚弱内分泌紊乱导致的指导意见：，有经血暗的话，就要考虑是由于宫寒气滞血瘀导致的，最好是直接看中医调理治疗，这样更好点

五、月经量少吃什么好?

可以查一下内分泌看看，另外做一下彩超看看宫腔的情况，针对病因积极治疗，可以吃点乌鸡白凤丸，逍遥丸试试，适当补充雌激素，多吃豆类，祝健康

六、月经量少怎么吃点什么？

甜食

参考文档

[下载：月经量小吃什么比较好.pdf](#)

[《股票回撤时间多久为好》](#)

[《股票停牌复查要多久》](#)

[《新的股票账户多久可以交易》](#)

[《认缴股票股金存多久》](#)

[下载：月经量小吃什么比较好.doc](#)

[更多关于《月经量小吃什么比较好》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/read/70589112.html>