# [治疗嗓子干痒咳的偏方]食疗方治疗嗓子干痒

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2023-12-20

*嗓子干痒挠不到很折磨人，嗓子干痒怎么办?嗓子万一干痒可是很不舒服的，一整天都要咳嗽，觉得嗓子那儿痒痒的，但是咳又不行，以下是本站小编为大家整理的食疗方治疗嗓子干痒，欢迎大家阅读，更多精彩内容请关注本站。　　1、润肺银耳羹　　原料：银耳5...*

　　嗓子干痒挠不到很折磨人，嗓子干痒怎么办?嗓子万一干痒可是很不舒服的，一整天都要咳嗽，觉得嗓子那儿痒痒的，但是咳又不行，以下是本站小编为大家整理的食疗方治疗嗓子干痒，欢迎大家阅读，更多精彩内容请关注本站。

　　1、润肺银耳羹

　　原料：银耳5克，冰糖50克。 做法：将银耳放入盆内，以温水浸泡30分钟，待其发透后摘去蒂头、拣去杂质;将银耳撕成片状，放入洁净的锅内，加水适量，以武火煮沸后，再用文火煎熬1小时，然后加入冰糖，直至银耳炖烂为止。

　　2、火腿冬瓜汤

　　原料：火腿片，冬瓜片。 配料：葱丝，姜丝，虾皮，盐，糖，麻油。 做法：锅内放清水煮沸，将冬瓜片及配料下锅煮10分钟后加入火腿片，2分钟后即可出锅;出锅前加入葱花、麻油、盐、糖。 提示：这两个汤都清新可口，去燥润肺，适合春夏季节食用。

　　3、荸荠梨汤

　　做法：荸荠10个，洗净去皮，梨2个，去皮去核切块，加水适量，煮开后可加冰糖少许，一次或分次饮用。荸荠能止渴解毒、温中益气，与梨同用可防止梨的寒性伤胃。其实将荸荠打碎取汁液后直接服用，同样可以治疗急慢性咽喉不适。

　　4、罗汉果茶

　　做法：罗汉果1个开水泡服。罗汉果具有清肺利咽、润肠通便的作用。对咽喉肿痛、嗓子干痒均有很好的疗效，但是需要注意的是本品有一定的通便作用，对于嗓子干痒又伴有便秘的人来说确实是个日常饮用的好饮品，但是对于容易腹泻的人来说，还是尽量少服用为好。

　　5、桔梗汤

　　做法：桔梗15克，甘草30克，开水泡服。桔梗有宣肺祛痰、利咽排脓的作用，甘草有清热解毒的作用。以甘草泻火，以桔梗宣肺，热气得泄，肺窍得通，咽喉干痒疼痛症状自然就会减轻。

　　6、鲜姜萝卜汁

　　做法：白萝卜100克，生姜50克，洗净打碎取汁，混合后含咽。白萝卜有去热、止咳的作用，鲜姜可以理气止呕、化痰驱寒，两者同用，可起到化痰止渴的作用。鲜的汁液还能润燥，故本品可治疗急慢性咽喉疼痛，失音等症状。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！