

気になる漢方

女性のカラダは7歳ごとに変わる!
中国ハーブで
いつまでも元氣ママ!!

漢方ってよく聞く言葉だけど、知らないこともたくさんあるよね。子育て「にも」きれいだるため「にも」メリッとの多い漢方は、ママ必見の「自然素材」です。



漢方ってどういうもの?!

漢方を分かりやすく言うと「中国のハーブ」。中国医学の考え方をもとに、一人の「体質」にあわせて治療法を考えるのが漢方の特徴です。またその「体質」も年齢・環境によって常に変化しています。特に女性の場合は、「7」の倍数で変化すると考えるので、28歳、35歳、42歳は体調が変化する要注意ポイント。でもその時期にあったお薬をのんだり、生活に少し注意すれば、元気にすごせます。それ以外にも、副作用の心配もないので、家族みんなの健康や季節のトラブルにも対応するものです。



漢方ってどんな分野が得意なの?!

病気になる手前の体を保つ三大要素「気」「血」「水」のバランスが崩れた「未病」の改善にはすばやく効果が現われます。例えば、生理痛・冷え性、PMS、プチ鬱、慢性疲労、慢性頭痛など。アトピー性皮膚炎・にきび・肌荒れなども得意分野。内臓症・不妊などの女性疾患もきめ細かく対応できる漢方は効果を発揮します。病気になる前の体調キープやアンチエイジングなどに役立つ面が多いのも魅力です。

※PMS…「月経前症候群」のこと。生理の2〜10日くらい前から、イライラしたり憂鬱になって精神的に辛い症状があります。

クコの実 

ショウガ 

これも漢方?!

ゴマ 




体を保つ3つの要素



「気」は生命のエネルギー、「血」は血液。「水」は血液以外の体の水分。この三本柱のバランスがとれている状態を「健康」といいます。

漢方の考え方を普段の食事にも取り入れられちゃいますよ

 食べ物の味から役割が分かっちゃう。

酸っぱい
目やイライラに効果的



酢、みかん、ぶどうなど

甘い
胃や便秘に効果的



リンゴ、バナナ、メロンなど

辛い
風邪の初期や予防に効果的



ネギ、唐辛子、ニンニクなど

食べ物の味から、カラダに役立つ情報が分かっちゃうなんて面白い。漢方に用いられている生薬も植物の根や樹皮、葉、種子、果物など食材に用いられる物が多いもんね。

今回のアドバイザー



雙玉堂漢澤薬局
滝澤 澄子先生
Sumiko Takizawa

漢方薬局に勤務後、2001年に漢澤薬局をオープン。日本中医学研究会会員、日本不妊カウンセリング学会会員、薬剤師、漢方中医学専門員。

女性は、外で仕事をこなしたり、家庭ではママや奥さんとしてみんなを元気にしたり健康を守ったり役割がたくさん。いつまでもその人らしくがんばるために、中医学の智慧や漢方は役にきつと役にたつと思います。

いろいろ相談にのりますので、ぜひ、といてみて下さいね。

気になる症状にピッタリのおススメ漢方

むくみやさい方に…



三爽茶
さんそうちゃ

脂肪の分解や水分の代謝を活発にし、余分な水分を貯めない体づくりに。

PMSやイライラの強い方に…



星火逍遥丸
せいかしやうようがん

肩こりや頭痛を改善。イライラ、胸やお腹の張り、食欲不振などの症状にも。

冷え性の方に…



婦宝当帰膠
ふほうとうきこう

血液のめぐりをよくして体を温める効果があるので、婦人病に幅広く使われています。

漢方ってどんなものがあるのかな? 最近販売されている漢方は飲みやすいものが多くて甘くておいしいシロップやお茶感覚で飲める手軽なものもあります。普通の薬が苦手な人、子どもでも抵抗なく飲めるものも多いので、家族の健康維持にも活躍です。

漢方

漢方は、家族の健康の強い味方!

中国漢方のルーツ、中国医学は健康に役立つ智慧の宝庫!!

中国漢方のベースとなる中国医学には、全身のバランスをとる、ひとりひとりに合った方法で使う、自分の力で回復するのを助けるなどの特徴があり、また、毎日の生活や食事にも活かせる智慧がたくさんつまっています。中国医学を暮らしに取入れ、漢方薬を正しく服用すれば、本当に早く体調は良くなりますよ。

漢方薬は、食べ物が持つ性質や力を凝縮したもの
たとえば夏バテの時に、うなぎや、



スイカ・ゴーヤなどの夏野菜を食べると、うなぎは失われたエネルギーを補充し、スイカやゴーヤは発汗後の体に水分を与え、元気を取り戻すのを助けてくれます。このように食べ物には、体を冷やしたり温めたり、潤いをもたせたりする性質があるのです。漢方薬は、このような食べ物を持つ性質や力を凝縮したものといえます。風邪をひいたら、寒気のする風邪は体を温め、熱っぽい風邪は冷やす食事と漢方で、すぐに治ってしまいますよ。また中国漢方薬は、シロップ・錠剤・顆粒など飲みやすいタイプが多いので、生活に取り入れやすいと思います。

婦人科疾患でお悩みの方にもおすすめ。お気軽にご相談を!
店頭では、婦人科疾患の相談も増えています。婦人病の場合、メンタル面も含めてさまざまな症状が出やすいのですが、これらにも漢方はとても効果的です。また症状には食事や生活スタイルも影響します。店頭では、食事や養生法のアドバ

イスもしていますから、どうぞお気軽にご相談ください。

暮らしに漢方と中国医学をまずは漢方薬局を訪ねてみて

これからの時代、世の中がますます便利で物質的にも豊かになる一方で、ストレスや多忙からホルモンのバランスを崩してしまったり、アレルギー体質の人が増えるのではないのでしょうか。中国医学には、その改善や予防に役立つ方法がいろいろあります。家族みんなが、いつまでも元気でいられるよう、中国医学の智慧を活用しましょう。そのために私たちも、情報の提供やご相談にのるなどして、みなさんのお役に立ちたいと思います。どうぞ漢方薬局をご利用ください。

参加費無料

滝澤薬局で開催します!!
健康&キレイになりたいママへ
自分の体質をチェックしてみよう!!
漢方の種類はなんと200種類!!女性である滝澤さんに自分の体質に合った漢方の話をみんなて聞いてみよう!
7月30日 ①AM10:00~12:00 ②PM2:00~4:00
定員:各6名 会場:滝澤薬局 試飲もできちゃいます!
お申し込みは滝澤薬局までお電話もしくはFAXでお問い合わせください。
0285-30-3810 (FAX兼用)

双玉堂滝澤薬局



女性のココロとカラダを応援!!
元気でキレイなら、もっとがんばるのに、もっと楽しめるのに、女性の心と身体はトラブルを抱えがち。でも、あきらめないで。1人1人にあったお薬や養生法をアドバイスします。
Sougyokudo
〒323-0024 小山市宮本町3-1-10
営業時間:AM10:00~PM7:00
定休日:日曜日
0285-30-3810 (FAX兼用)

ホームページを見てね!

<http://www.sougyokudo.com/>
漢方のより詳細な情報をはじめ、オンラインショップや食事のアドバイスなどもりたくさん!

気軽に相談出来ちゃう!
体の気になる症状を、メール問診表フォームから簡単に相談できちゃいます!

FAXでも相談出来ます!
FAXでの相談をご希望の方には「相談専用の記入シート」をお送りします。気軽にお問い合わせください。

お問い合わせは電話でもFAXでもOK!



無料相談