

いつでも元気なママでいたいね!

漢方相談室

滝澤先生の



相談しにきてね♪

アドバイザー
雙玉堂滝澤薬局

滝澤 澄子先生
Sumiko Takizawa

漢方薬局に勤務後、2001年に滝澤薬局をオープン。日本中医薬研究会会員店、日本不妊カウンセリング学会会員、薬剤師、国際中医専門員。

◎ これからの季節、インフルエンザや風邪が心配…漢方で対策はあるの？

▲ 新型インフルエンザがじわじわと拡がり、小さなお子さんがいるママや、妊娠中のママは本当に心配ですよ。更に、秋から冬にかけては外気の乾燥や寒さから、季節性インフルエンザ、喘息、風邪、アレルギー性鼻炎なども心配です。

もともと喉や鼻、気管支(中医学での「肺」)や胃腸(「脾」)が弱いお子さんは、ウイルスなどに感染しやすい傾向があります。このようなお子さんの場合、「肺」系や「脾」系を強くする「麦味散顆粒」などを秋から服用して、抵抗力をつけるのも予防としておすすめ。そして水際作戦として、中医学では、ウイルス性の病気の予防に、生薬「板藍根」(ばんらんこん・植物ホソバタイセイの根)を活用します。抗ウイルス作用のほか、解熱・解毒・消炎効果も期待できる

今回のおすすめ漢方

板藍茶(ばんらんちゃ)&板藍のど飴

お茶は大人1日2包程度、お子さまなら1日1包程度服用。飴なら3~6粒程度。不安な時は、天津感冒片・五涼華などを併用するとさらに予防効果アップ!病院のお薬や風邪薬とも併用可。

板藍茶 12包 819円 120包 6,930円
板藍のど飴 20粒 1,890円

天津感冒片(てんしんかんぼうへん)

喉が痛い時や、ウイルス性の風邪によく効きます。なるべく早くのものがコソコソ喉の痛みがひどく熱がある時は、板藍茶や五涼華等と併用すると効果的。

80錠 2,446円
顆粒タイプの涼解薬12包 1,890円

麦味参顆粒(ばくみさんかりゅう)

「肺」(鼻・喉・気管支・肺)を補い、潤すのにぴったり。「脾」(胃腸)を整え、体力もつけるので、流行の病気予防や病後にも。

30包 4,725円 60包 8,662円

ため、中国ではインフルエンザ以外にも、ウイルス性肝炎、帯状疱疹、扁桃腺炎、耳下腺炎の治療には欠かせません。中国では、お茶の他にチョコやお菓子のようなものもあり、家庭の守り神として、とてもポピュラーになっている。日本でも手軽に飲める粉末状の「板藍茶」や「板藍のど飴」があります。これからの季節は、板藍茶の内服やうがいやを毎日の生活に取り入れると心強いですね♪

雙玉堂滝澤薬局

TEL0285-30-3810 (FAX兼用)

info@sougyokudo.jp

http://www.sougyokudo.jp

〒323-0024 小山市宮本町3-1-10 (営) 10:00~19:00

休) 日曜・祝日

来店したママの声

7歳の子どものアレルギー性鼻炎で相談にきました。漢方を服用したその晩から鼻詰まりが楽になったようで、夜中起きなくなりました。1週間過ぎた今はすっかり解消されたみたい!朝晩は気温差のせいかな、少しづつそうですけど…。また、相談にのってくださいね♪



お台所の身近な漢方 豆知識

*寒い冬にむけてのパワーアップ食材

栗・きのこ・いも類・ぎんなん・ごま・木の実など秋の味覚。大根・にんじん・ごぼう・れんこんなどの根菜類もおすすめ。

*のどや肌の乾燥を防ぐモイスチャー食材

梨・ぶどう・りんご・かきなど秋の果物。はちみつや豆乳など。梨などの果物は生だと冷えるので、コンポートに煮て食べると◎