

滝澤
先生の

いつも元気なママでいたいね!

漢方相談

* 今回のおはなし *

ストレスと授かりやすさの関係



加奈ママ
Kana Mama

2人目を望んで約1年、基礎体温をつけたり、排卵誘発の治療をしましたが、頑張れば頑張るほどストレスで気持ちが焦って…。少しでも体質がよくなれば、と漢方を試してみることに。すると、思った以上に即効性があり、気持ちがすぐにラクになったし、体はポカポカ! 基礎体温もきれいに。漢方をはじめて3ヵ月後、妊娠できました♪

他の体験談はこちら!!

滝澤薬局 小山市

検索

タイミングよく、上手に漢方を利用しましょう



メールや電話でも
ご相談を受け付けています!
お気軽にどうぞ!

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、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。

ストレスや不安を感じると、女性ホルモンがうまく分泌されず、異常はなくても妊娠しづらくなる場合があります。ゆったりした気持ちになれると、ホルモンがちゃんと分泌され、子宮もふかふか、赤ちゃんが授かりやすい状態に。リラックスの漢方は、体質によって違い、さまざまな種類があります。まずは気軽ににご相談くださいね。



逍遙丸

(しょうようがん)

気のめぐりを良くして、リラックスさせてくれます。のぼせがち、不安感が強いなどタイプによってめぐる薬を使い分けると効果的です。
●504丸 ¥3,240(税込)

加奈ママには、卵巣を元気にする漢方をプラス♪

漢方レシピ

「酸味」「香り」はストレス解消の味方☆

柑橘類など酸味のある食べ物や、ミントやセリなど香りのよいものは気のめぐりを良くします。自律神経が乱れやすい春から初夏にはぜひ活用しましょう。

クレソンとフルーツのサラダ

【材料】～4人分～

- クレソン…半束(約20g)
- りんご…1/2個
- グレープフルーツ…1/2個
- バナナ…中1本 ●パイナップル…50g
- キウイフルーツ…1個
- プレーンヨーグルト…150g
- 練乳…大匙1 ●レモン汁…小匙1



レシピ提供: 臼井明希子

【つくり方】

①クレソンは3等分のざく切りにする。②りんごは皮のままカットし、塩水に漬けておく。③バナナは輪切りにし、レモン汁をかけておく。④その他のフルーツも食べやすい大きさにカットする。⑤練乳を混ぜたヨーグルトに①～④を加え、和えて完成♪

そう ぎょく どう
雙玉堂滝澤薬局

TEL.0285-30-3810 (FAX兼用)

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

mail info@sougyokudo.jp HP http://www.sougyokudo.jp



※当店で扱っているバンダマークの中国漢方薬は、内容成分を明確にし、日本人にあった用法・容量で臨床実験され、効果や安全性を厳密に確認しています。厚生労働省の許可を得て販売している医薬品・健康食品です。