

中国漢方で妊活応援!!



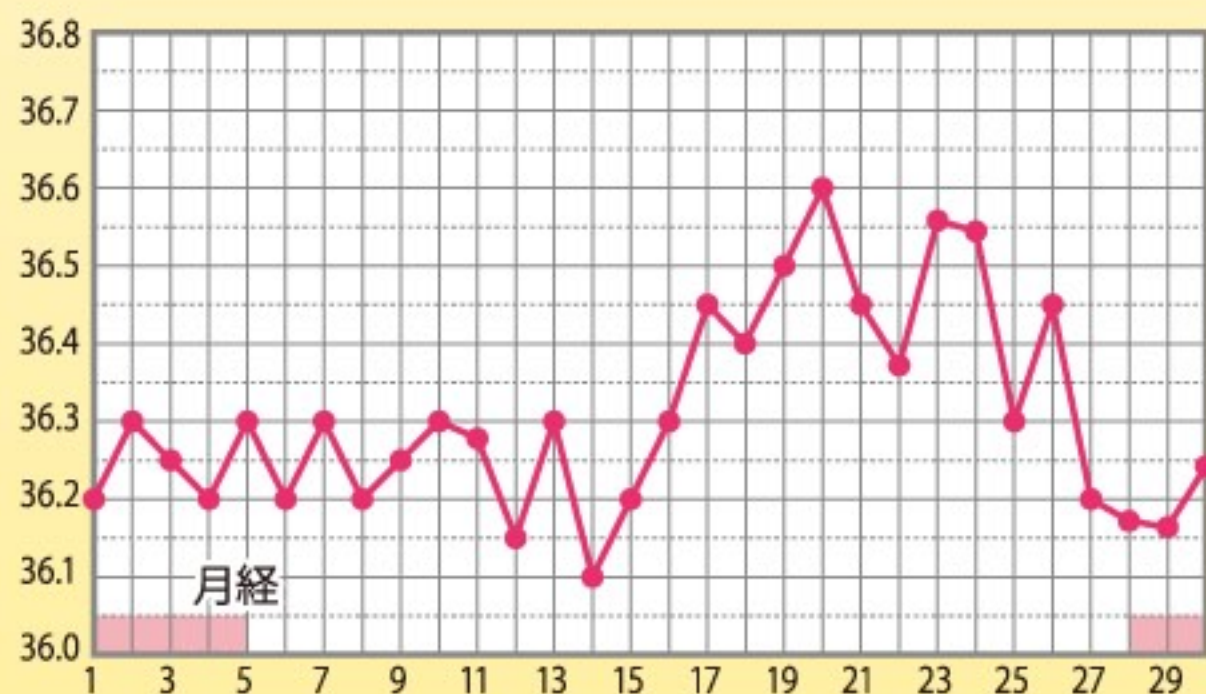
国際中医専門員の
女性アドバイザーが応相談。
漢方養生法もアドバイスいたします。
妊娠中・産後のお悩み・男性不妊も
気軽にご相談くださいね。

周期調節法なら、生理周期にあわせて漢方を
飲み分けるから体調の変化がすぐわかる。
生理の調子や体温が整いやすく、
妊娠力アップに役立てることができます。
さらに、体質を考慮することによって、
あなたにぴったりの飲み方で服用できます。
自然のものだから病院の治療とも併用して。
試飲もできますよ。

妊活力に関する不調

第二子不妊

1人目はすんなり授かったのに、2人目がなかなか。妊娠中や産後の無理や不調から、体調や生理周期がもどらず、妊娠しにくいことがあります。漢方では、「血」や「腎」を補う薬を中心に体力を取り戻し、生理周期を整えて、妊娠しやすい体づくりを目指します。基礎体温は、高温期が続かないことが多い。



中医学で免疫力アップ

中医学の、「腎」は、腎臓のほか、各種ホルモンの分泌・骨・歯・髪・免疫なども含めて考える生命力の源。ここが弱いと、疲れやすかったり、病気が長引いたりしがちです。

疲れやすい・足腰が重だるく痛くなる・下半身がむくみやすい・抜け毛や白髪・耳鳴り・寝汗なども腎がお疲れのサイン。気になる方は「補腎」のお薬が効果的です。今回は「腎」により食養生をご紹介します。



季節のおすすめ食材

9月

秋バテ対策

少し涼しくなると夏の疲れがでてきます。また、猛暑による発汗と空気の乾燥で、体の中や粘膜などは乾燥しがちです。疲れやだるさを感じるほか、のどの痛みやイガイガを感じることも。元気を補うヤマイモ・エビや潤いを補うレンコン・ダイコン・なし・ぶどう・豆乳は秋のおすすめ食材。また、酸味と甘味は一緒にとると保湿力アップ、旬の甘酸っぱい果物などよいでしょう。消化の悪いものに気をつけましょう。



女性の体とメンタルの不調は漢方で改善