

を、苦味は心を、甘味は脾を、辛味は肺を、鹹味は腎を養うと考えます。
 高血圧、糖尿病、アレルギーーなどの慢性病や原

因不明の不調で困っているあなた「今までの食事と生活習慣の積み重ねが今の自分の体質だ」と理解出来れば半分治ったようなもの！
 体質を補正する漢方薬を飲みながら、バランスの良い食事と質の良い睡眠で身体メンテナンスをはかると効果的です！ご相談下さい。



龍虎堂薬局
 薬剤師 夏莉和子 なつかり かずこ
 日本不妊カウンセリング学会認定 不妊カウンセラー
 夏莉竜子 なつかり りよこ

漢方と養生についてアドバイスをしていただきました。

Q 体質って遺伝だと思っただけであきらめてしまいましたが、体質って変えられるんですか？！
 A はい！変えられます！

ココロとカラダに優しい

漢方のチカラ

Vol. 47

体質は変えられる！

龍虎堂薬局に聞きました

間違いだらけの食生活を続けていませんか？

辛党!

唐辛子・酒 ニンニク大好き!

特徴

温性や熱性に偏った食事を重ねると体内に熱がこもり、顔が赤い、暑がりから内臓や皮膚の炎症、ニキビ、アトピーに繋がります。



症状

怒りっぽい、キレやすい、暴力的興奮しやすい、湿疹体質、暑がり顔が赤い、眠りが浅い、夜間の目覚め胃炎、精子や卵子が弱いetc

アドバイス

こもった熱を排泄して涼しい体質に

- ・清宮顆粒 (せいこうかりゅう)
- ・瀉火利湿顆粒 (しゃかりしつかりゅう)



オススメ漢方!

甘党!

甘いもの・ご飯 麺類大好き!

特徴

甘味は炭水化物、たんぱく質、脂肪も含むので、身体を養いますが、砂糖のとりすぎはゆるめる作用が強く、消化吸収力の低下や内臓下垂、内出血などを招きます。



症状

胃腸虚弱、貧血、低血圧、うつ冷え症、免疫のトラブル、リウマチ物忘れ、中性脂肪の増加精子や卵子が弱いetc

アドバイス

胃腸を建て直し引き締めて代謝のいい体質に

- ・健胃顆粒 (けんいかりゅう)
- ・心脾顆粒 (しんぴかりゅう)



オススメ漢方!

肉党!

肉・脂肪大好き!

特徴

肉や脂肪過多の食事によって血液がドロドロになり、赤血球が互いに粘着するので非常に血流が悪く毛細血管が詰まりやすくなります。



症状

記憶力の低下、頭がボーッとする、頭痛ふらつき、肩こり、高血圧、高脂血症脳梗塞、狭心症、心筋梗塞etc

アドバイス

ドロドロを除き、血流と代謝のいい体質に

- ・星火温胆湯 (せいかうたんとう)
- ・冠元顆粒 (かんげんかりゅう)



オススメ漢方!

あなたの体質、治すなら今!ご相談下さい!

中国漢方による周期調節法で子宝相談中!

子宝相談

第141回

一に養生、二に薬。
 ~妊活も「薬頼り」ではダメなのです!~

25才のやせ型の女性で多嚢胞性症候群(PCOS)と診断され体外受精と移植を繰り返しているがなかなか妊娠しない…。と来店。20才からイライラ、動悸、便秘、アザが出来やすい、鼻炎などの体調不良と共に不正出血がダラダラ続くようになりました。よく話を聞くと、これらの症状は一人暮らしを始めた20才からで食生活や生活習慣の変化、環境による影響が大きいことがわかります。

結婚後2回自然妊娠しましたがいずれも10週前後で稽留流産に。昨年春から不妊治療を始め、2度めの採卵で20数個採卵し7個受精、そのうち3回移植しましたが結果が出ません。受精率が1/3以下だ

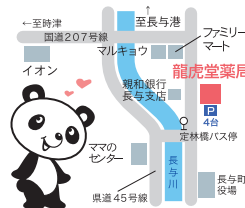
ったように、PCOSの場合卵はたくさん採れますが質がよくありません。生理を問うと周期は30~60日で不安定、月経量も多く色は紫暗で大きな塊があり、月経痛はひどかったり軽かったり。月経前には便秘と鼠径部に痛みがあるなどかなりの瘀血がわかります。また、イライラ、憂うつ、偏頭痛、動悸が強くアザも出来やすいことから心・脾・肝の血虚もありました。

そこで心脾顆粒と冠元顆粒をメインにして全周期飲んで頂きました。37日目に来潮、ほぼ全ての不調が消え、便も尿も増えてスッキリ出るようになりました。

ました。しかし冷えのぼせや顔と手掌が赤いのが気になったので温経湯ベースに変え心脾顆粒と活血薬、低温期に瀉火利湿顆粒を入れたところ、何と自然妊娠!「体外で何度移植しても妊娠しなかったのに、たった3ヶ月で自然妊娠だなんて…。」と驚きと喜びで一杯でした。

食事を注意したのはもちろんですが、このように体質に合わせた漢方薬で体調をととのえたと自然妊娠につながる事がよくあります。不妊にはホルモン数値だけではなく様々な原因があります。妊娠しにくいと思ったら、早めにご相談下さいね。

薬剤師 夏莉和子



龍虎堂薬局

営業時間 / 9:30~19:00 休 / 日曜・月曜 P有り
 西彼杵郡長町郷里郷1170-5

☎ 095-883-4300

龍虎堂薬局 検索



漢方相談はご予約下さい! facebook更新中!