

2015年8月号 小島薬局漢方堂



パンダ通信

ご愛顧ありがとうございます

ミネラル補給で夏バテ予防!

「夏バテ」は夏の暑さによって自律神経系が乱れ、身体のだるさ、頭がボーっとする、食欲が減る、下痢や便秘、頭痛、発熱、めまいなど様々な症状が現れてしまいます。

「夏バテ」は主に、1.汗のかき過ぎによる、ミネラルやビタミンの消耗 2.クーラーのあたり過ぎによる体温の調整不良 3.暑さによる睡眠不足 4.水分や冷たい物の摂り過ぎから起こる胃腸機能の低下などが原因と考えられます。これらの原因から最近では真夏以外に、気候の変化が激しい梅雨や初夏でも「夏バテ」が起こりやすくなっています。そんな「夏バテ」予防には、規則正しい生活と体力をつける事が重要です。ですが、体力をつけるため身体に必要なビタミン・ミネラルなどの栄養を効率良く摂るには食事だけでは不十分です。特に亜鉛を中心としたミネラルは身体に吸収されにくく、十分な量がとれていない場合があります。

弱った胃腸でもビタミン・ミネラルを効率よく身体に取り込む事が出来る『バランスターWZ』には、亜鉛をはじめ「牡蠣」から抽出した40種類以上の豊富な栄養素が含まれています。免疫力や新陳代謝を高めて、疲労・自律神経の乱れ・睡眠の質を改善してくれるので夏バテ予防に最適です!

また、牡蠣は漢方医学からみると強力な補腎養肝作用があると考えられており、女性の卵巣機能を高め、男性の精力を増強する働きもあるので、不妊症への効果が注目されています。その他には、女性の美容、お子様の成長促進、お仕事の疲れをとる目的にもお使い頂けます。

今年の夏に「夏バテ」や「熱中症」にならない為に『バランスターWZ』を始めようか(*^_^*)



暑さに勝つ! 麦味参顆粒



8月に入り、暑さがピークを迎えようとしています。海水浴やバーベキューなどで、汗をかく機会が増えますね。

中国医学では、汗をかくと身体に必要な水分とともに“気(エネルギー)”も体内から失われると考えています。気と水分が足りない状態を、“気陰両虚”といいます。この状態になると、夏バテや熱中症になってしまう可能性があります。気が足りないため、水分だけを補給しても疲れやだるさは取れません。

気も水分も一緒に補ってくれるのが「麦味参顆粒(ばくみさんかりゅう)」です。麦味参顆粒は、ニンジン、バクモンドウ、ゴミシという3つの生薬からできたシンプルな処方です。ニンジンは元気を与えてくれ、バクモンドウは身体に必要な水分をつくりだしてくれます。そして、ゴミシには毛穴などを引き締める作用があるので、汗のかきすぎを抑えてくれます。夏バテや熱中症になってしまったときに、麦味参顆粒はすばやく身体を回復してくれます。



麦味参顆粒は中国では「生脈散」と呼ばれ、脈をいきいきとよみがえらせ、心肺機能を高める漢方薬として使われています。汗をかいて体内の水分が少なくなると、血液の濃度が高くなるので、血液がドロドロして血管がつまりやすくなってしまいます。そのため、夏は熱中症だけでなく、狭心症や心筋梗塞になる方も多いと言われています。

これからの時期にお出かけになる際には、麦味参顆粒をぜひお持ちいただき、いざというときにお飲みください。

スポーツドリンクに麦味参顆粒を溶かした飲み物、通称「バクエリアス」は、スポーツドリンクに含まれる塩分とともに、麦味参顆粒に含まれる気も水分も補えるので、とても効率が良い飲み物です。スポーツドリンク500mlに麦味参顆粒1包を溶かすと、ちょうど良い濃さになります。

バクエリアスは当店にて試飲できますので、お気軽にお試しください。

