

2016年1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

冷えからくる痛み・しびれに！「独歩顆粒」

新年明けましておめでとうございます！！

2015年も沢山のお客様にご来店、ご愛顧頂きありがとうございました。
2016年もより一層皆様の健康に役立てるお店づくりに努めたいと思いません。本年もよろしく願いいたします。

1月から2月にかけては一年のうち最も寒さが厳しいと言われています。そして寒い季節になると腰や関節の痛みを訴える方が増える傾向にあります。「冷えると痛む」「温めると楽になる」、そんな腰や関節の痛みでお困りの方には『独歩顆粒』をおススメしています。

『独歩顆粒』は腰痛・関節痛・下肢の痺れなどの症状を和らげてくれるだけでなく、血行や水分代謝を妨げる物を取り除き、膝・腰を支える筋肉や骨に栄養を送って丈夫にしてくれる働きもあります。

また梅雨や夏季の湿気が多い時期に痛みの症状が悪化する方の場合にも『独歩顆粒』はおススメです。『独歩顆粒』に含まれるトウドツカツ、ソウキセイなどの構成生薬が、体内の水分代謝に影響し痛みの原因となる過度の湿気から身体を守ってくれます。

疲れやすく、下肢が冷えやすい方の腰痛、関節痛、下肢のしびれ・痛みの改善を目的に、16種類の植物性生薬から抽出したエキスを顆粒にした『独歩顆粒』は鎮痛作用に優れているので、痛みやしびれの症状のある方に特に効果が実感しやすい漢方薬です。

新しい年を痛みの症状で悩まされないように、ご相談の上試してみるのはいかがでしょうか。



正月太りは 早めにリセット!!



皆さんお正月はゆっくり休めましたか？お正月も関係なくお仕事をされていた方もいたかと思いますが、お正月はご馳走や、お酒を飲んで過ごすことが多いですね。そうすると気になるのが、正月太り。

年末年始で体重が増える人は約70%、そのうち約50%は2kg体重が増えるそうです。原因は「食べて、飲んで、寝る」この繰り返しです。普段よりもカロリーの高い食べ物を食べ、アルコールを飲み、動かず家でのんびりしていれば体重が増えてしまうのも納得ですね。また、お正月料理には普段の食事よりも塩分、糖分などが多く含まれているため、むくみが原因で体重が増加している可能性もあります。

正月太りは早めに手を打つのがポイントです。脂肪はつきたてのうちは落ちやすく、時間が経過するほど落ちにくくなります。ついてすぐの脂肪は皮膚のすぐ下につき、水分が多くて柔らかいので、筋肉を動かすと分解され排出されます。しかし、時間が経過してしまうと水分が少なくなり、筋肉と脂肪が絡み合っているため、筋肉を動かしただけではなかなか分解されません。正月太りを早く解消しようとして、食事を抜くなどの無理なダイエットをすると、リバウンドの危険性が高まります。

漢方堂では10kg、20kgダイエットしたいという方はもちろんですが、2kg、3kgあと少しだけ体重を落としたいという方のご相談も大歓迎です。ダイエットは自分との戦いです。一人で痩せるのはよっぽど意志の強い方でないとなかなか成功できません。でも、誰かがしっかりと管理やアドバイスをしてくれたら心強くなり成功しやすくなると思いませんか？漢方堂のダイエットはカウンセリングを行いながら、一人一人に合わせ健康的に痩せられる方法を提供しています。漢方堂でダイエットの相談を受けられている方の多くが、経過を見てくれてアドバイスをしてくれるので続けることができたとおっしゃっています。お正月で2~3kg増えてしまった方、リセットするなら早いうちに始めましょう。