

2016年7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

暑さを乗り切る胃腸の漢方！

7月に入り本格的な夏本番を目前にひかえ、より一層気温も暑くなってきました。気温が高くなると冷たいアイスや飲み物、ビールが欲しくなりますよね。ですが、冷たい物や生ものの摂り過ぎや冷房によって体を冷やし過ぎると胃腸の働きが低下して「湿(病的な水分)」が体に停滞し、食欲不振・消化不良・倦怠感・吐き気・軟便などの症状がみられやすくなります。日本は海に囲まれ湿度が高くもともと胃腸に負担がかかりやすい環境なので、日本人には胃腸虚弱の方が多くと言われています。このため夏は普段より胃腸のケアが大切になります。今回は特によく見られる3つのタイプの症状と、その症状にあった漢方薬をご紹介します。

- ① 食欲不振タイプ: 食欲不振・元々胃腸が弱い・吐き気・腹痛など
- ② 下痢タイプ: 慢性下痢・疲れやすい体が・軟便・腹痛など
- ③ 夏風邪タイプ: 吐き気・夏風邪・体が重だるい・むくみ・下痢など

まず①のタイプに当てはまる方には、胃腸を丈夫にしなが消化吸収力を助け、正常な働きを取り戻してくれる『健胃顆粒』がオススメです。チンピ・ハンゲなどの水分代謝を改善してくれるので、むくみにも効果的です！

②のタイプの方には胃腸や全身に元気を与え、水分代謝を助けてくれる『健脾散』は慢性的な下痢や軟便でお困りの方にピッタリの漢方薬です！

③のタイプの方に、「湿」を取り除いて胃腸の活動を活発にし、水分代謝を促す働きを持つ『勝湿顆粒』がオススメです！

これまで漢方堂で活躍してくれた早川実穂が今月の7月15日をもって退職いたします。皆様本当にありがとうございました。

7月1日から登録販売者・管理栄養士の石渡さおりが本店から漢方堂に異動になります。これからの漢方堂もよろしく願いいたします。

脳梗塞に心筋梗塞!!

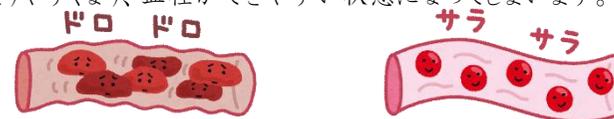


夏のトラブルには松寿仙

熱中症だけでなく、脳梗塞、心筋梗塞の発症が夏に多い理由として、大量の発汗のため体が脱水状態になりやすいことが挙げられます。脱水が起きると血液中の水分が不足し、血液が粘度を増し、血のかたまり(血栓)ができやすくなります。

また、水分不足により体内を循環する血液量も減少して、血管が詰まりやすくなります。その上、寒さで体温が上がりやすい冬とは逆に夏は体の熱を放出しようと末梢血管が拡張し、体は血圧低下状態になってしまいます。この場合、健康な人は血流が悪くならないように脳の調節機能が働きます。

しかし、生理機能が低下している高齢者、または降圧剤などを服用している人は、薬による血管拡張作用のために血圧が下がり、血流が遅くなることで血管内に汚れや老廃物が溜まりやすくなり、血栓ができやすい状態になってしまいます。



そんな夏場の脳梗塞、心筋梗塞の予防や改善には松寿仙が最適です。

松寿仙には、体に必要なミネラルも含まれていますし、新鮮な血液を元気に巡らせてくれます。

松寿仙で定期的に水分補給することで、しなやかに弾力のある血管が保たれ、綺麗な質の良い血液がよどみなく流れます。松寿仙は全身を健康に導き、体本来の自然治癒力を高めてくれます。



体験談 60代女性

夏場は汗をかきすぎるので水分をしっかり摂取するようにしていますが、水を飲み過ぎると胃がポチャポチャして、胃腸が冷えるのか体がダルくなっていました。松寿仙を飲むようになってからは、体もスッキリして暑さに強くなったような気がします。