

準備はOK?

# ダルダル梅雨&へろへろ夏バテ対策♪

今年はいよいよ『梅雨』です。このジメジメとした季節、毎年カラダが重だるくなる方が多いです。ひどい時は水分代謝が悪くなり、下痢・軟便・吐き気など様々な胃腸障害を起こします。また、気温も急激に高くなっているため、ビールやアイスなど冷たい飲み物、刺身などの生ものを摂取する機会が増えますね。これが胃腸にダメージを与えてしまうのです。私もビールが大好きなので、この季節は特に困ってしまいます(笑)

◆余分な水分が溜まっていて、この季節は特に困ってしまいます(痰飲(たんいん)や痰湿(たんじつ))と言います。そのような場合は、カラダに溜まっている余分な水分をさっさと除湿しないといけませんね。

◆ここで大活躍する漢方薬が『勝湿顆粒(しょうじつかりゅう)』。文字通り、湿に勝つ、為に考え出された漢方薬です。実は、この季節だけでなく海外旅行での食あたりなどでも活躍する応用範囲の広い漢方薬なんです。私も常に携帯して、『あれ?、何かおかしいな?』と思ったら早めに飲んで体調を維持しています。

◆また、今年は早くも気温30度近くの日が多く、『熱中症』で救急搬送される方が急増しています。こまめな水分補給、クーラーや扇風機を上手に使うなどするだけでは体調が改善されないことも多いようです。

◆そんな時は漢方薬の出番です。『夏バテ&熱中症』に対する漢方薬があるんです。それが『麦味参顆粒(ばくみさんかりゅう)』。

◆元々は『生脈散(しょうみやくさん)』という処方名で、文字通り『脈を生む』漢方薬としても有名なんです。心臓のポンプの力を増すことにより、狭心症・心筋梗塞などの予防・治療にも使われてきました。即効性も期待できる漢方薬ですよ。私もサツカーや登山の前後にしっかりと飲んでいきます。

◆ジメジメ梅雨&夏バテ対策には『勝湿顆粒』と『麦味参顆粒』を携帯して、いつでも飲めるようにしておくとお心でしょう。先人の知恵を上手に活用して、少しでも快適に過ごしてみませんか?



カラダの除湿に!



夏バテ対策に!

## 2018年6月相談スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 15時迄
3 休	4 休	5 ○	6 ○	7 ○	8 ○	9 17時迄
10 休	11 休	12 ○	13 ○	14 17時迄	15 ○	16 17時迄
17 休	18 休	19 ○	20 ○	21 休	22 ○	23 17時迄
24 休	25 休	26 ○	27 ○	28 ○	29 ○	30 17時迄

◆2日(土)は都合により15:00迄の営業です。  
 ◆14日(木)は漢方勉強会のため、17:00迄の営業です。  
 ◆21日(木)は都合により、お休みです。  
 ◆上記スケジュールは変更の場合があります。お手数ですが、ご予約なしでご来店の際は、お電話でご確認ください。

### ～営業のお知らせ～

**営業日** 火～金 10:00～19:00  
 土 10:00～17:00  
**定休日** 日・月・祝祭日

\*\*\*\*\*

当店の漢方(健康)相談は、お待ちいただく時間を短縮するためご予約された方を優先しております。

漢方相談@こえん堂  
 TEL046(874)6692

京浜急行「新大津駅」徒歩3分  
 ★ホームページは「こえん堂」で検索!  
 ★店主ブログ「大自然野郎えんちゃん」  
 ★ツイッター「@coendo」やっています!  
 ★Instagram「co\_endo」やっています!