



No. 83

秋と後鼻漏

鼻水がのどに流れていっちゃう感じが、
「水を後鼻漏」と言うのですが、
他にものどが「も痛む」場合は鼻炎
のどのイガイガの「も疲がからむ」
「もかき引いて」のどの「違和感」
「も長く話して」のどの「もかきの
こらした症状は後鼻漏から起るこ
このことがあります。



中医学では「秋は
肺」の弱りやすい季節
とされています。更に
肺の弱りは鼻鼻に現れる
とされています。
肝鬱脾虚(こもこも性鼻炎)花粉症
などの鼻水が弱い方はこれからの季節
を充分気を付けてお過ごし下さい。

今更な鼻の悪化

中医学では「脾」は「肺」の母であり、
肺の働きを助ける役目があります。
中医学で脾は「胃腸」など消化器系を
指します。

今日は猛烈な暑さだったので冷たい
もの食べすぎ、飲みすぎで脾が
弱っている方が多いです。
最近「下痢・軟便」の方は要注意です。

つまり、「この暑さで弱った脾は肺の働き
を助けられず、鼻は悪化しやすい」と
いうわけです。
他にも脾が弱ることによって起る
「秋バテ」にも注意しなければなりません。

疲れが取れにくい
だるい・食欲が無い
などは脾弱のサインです。



中国自古の古典「易経」に書かれています
「一陽来復」は冬の終わりと春が来る
止まない雨は無い、明けは夜は無い、
病氣も同じです、人間には「自然治癒力」が
備わっているのです、回復する方向に向か
回復する方向に向か



If you see it there, darling, then it's there.
そこにそれが見えるならそれは実際にあるんだよ!
フレイ・マ・キュリー

鼻水が止まらない原因



①鼻の慢性的炎症を改善
慢性的に炎症が起ることで鼻水が止まら
鼻水の異常な分泌、細菌感染を繰り返す
「鼻炎」が起ります。
炎症を取る漢方薬をのむ
お風呂はゆずり入って汗をかく
炎症を起さず、食べ物(バナナ、イチゴ、
もち米)を控える

②鼻の粘膜を丈夫にする
粘膜を丈夫にする「防御力」が上がります。
カルシウムを意識して摂る。
(日本人は海産物から摂ると効果的です)

③内臓の働きを元気にする
根本原因である内臓の働きを元気に
することこそ大事です。
食事はバランス良く、温かいものを
弱いに対して漢方薬、滋養強壮剤を
上手に使う。

※お切り取り下さい
詳しくは簡単に毎日本談下さい

1970年開局

株式会社 ほなみ薬局

元氣スタンプ・アークス RARA カード・PayPay・各種クレジットカード取扱店

- ・キョーレオピンシリーズ
- ・お子様から大人まで、元氣で健康な生活をサポートします。
- ・お薬の選び方
- ・お薬の使い方
- ・お薬の飲み方
- ・お薬の保存法
- ・お薬の処分方法

健康相談からのおつきあい

ほなみ薬局本店
・処方せん受付

〒034-0037
青森県十和田市穂巻町10-3
Tel : 0176-23-4546
Fax : 0176-24-0434
8:30 ~ 19:00 定休日：日曜・祝日

ほなみメディカル
・ユニバス十和田東店內

〒034-0012
青森県十和田市東一番町4-14
Tel : 0176-25-4343
Fax : 0176-25-4343
9:00 ~ 20:00 年中無休