ほなみ薬局 一陽来復通信

2024年11月号

No.97

川上集合写真
ハンドボールの試合後

放っておいても その痛みは 良くなりません

痛みの原因は 気 血 水 の乱れ！

気…元気がない、疲れやすいなど神経が弱ってると痛みにも敏感になる

血…青たんが取れにくいなど、血行が悪く、ホルモンバランスも乱れる

水…浮腫(むくみ)など、水分代謝に異常が起こる

鎮痛剤や抗炎症剤などの症状を抑える薬も必要な時もありますが、頼りすぎると…

- 根本的な改善にならず慢性化することも
- 長い時間をかけて慢性化したものは治すのにも時間が掛かる

痛みの原因を探し出し、改善し、痛みの出にくい体作りをすることがとても大事なのです！

★寒い時期に多く見られる「痛み」のタイプ

★外邪の侵入による『詰まり』タイプ

- 寒くなると、腰痛、関節痛になる
- 関節のこわばりや腫れがある
- 足腰が重くだるさを感じる

湿邪と寒邪の侵入で水の流れが悪化して痛みが出ている

★慢性化で血流が滞る『瘀血(おけつ)』タイプ

- いつも同じところが刺すように痛い
- 月経痛がひどい
- 温めると痛みが和らぐ
- 血の流れが滞り、刺すような強い痛みが出ることもある

★温める力『陽気不足』タイプ

- 手足や腰が冷える
- 慢性の関節痛がある
- 夜間の頻尿

腎の働きが弱くなり、陽気が不足して痛みが出る

ほなみ薬局では、「今ある痛みをちゃんと和らげる」それから「原因からしっかり改善する」という方法をおすすめしています。

お気軽に御相談下さい

薬剤師 川上 一正郎

陽来復（いちようらいふく）

中国最古の古典「易経」に書かれている言葉です。意味は「冬が終わり、春が来ること」悪いことや辛いことが続いても、耐えれば良いことが必ず訪れる。止まない雨は無い。明けない夜は無い。病気も同じです。人間には「自然治癒力」が備わっていて適切な養生をすることで回復する方向に向かうことが出来るのです「陽来復」は私のとても好きで大切にしている言葉です。

画は人なり。
己が貧しければ、
そこに描く富士も貧しい
富士山を描くということは
富士にうつる自分の
心を描くこと

横山大観

1970年開局

株式会社 ほなみ薬局

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

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
青森県十和田市穂並町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
・ユニバース十和田東店内・
〒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