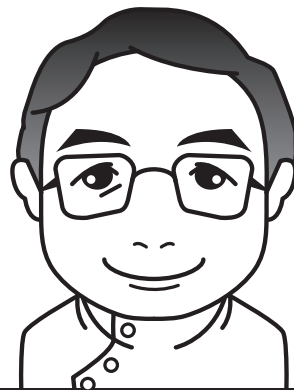


ヤマト漢方薬局では、毎月定期的に石巻がほとくの新聞に掲載しております。  
皆様のお役に立てれば幸いです。



プロフィール

福谷 信治 東北薬科大学卒業 薬剤師

日本中医薬研究会に所属し、20年間中国の大学医学部教授らから中国医学理論、実践の指導を受ける。

2004年宮城県では初となる国際中医師(中国漢方医師)の免許を取得。

「東洋医学の名医134人」のひとりに選ばれる。

# ヤマト漢方の元気な夏の過ごし方!

暑さも日々厳しくなり、いよいよ夏も本番です。海へ山へと自然の中で過ごすことも楽しい季節ですが、強い日差しや暑さで体調を崩してしまうことも少なくありません。

元気な夏を過ごすため、「暑さ」対策が大切です。夏は、五臓の中の「心」と最も深い関係があります。大量に汗をかくと、からだのエネルギーや体液が消耗し、心臓に負担がかかることも、からだに疲労して、夏バテの原因にもなるので注意しましょう。特に炎天下での外出やスポーツをするときは、それなりの予防が大切です。

炎暑から心・脳血管を守ることは夏の養生の要です。

とりわけ高齢者、心・脳血管に不安を抱えている人、および高血圧、糖尿病などがある人は一層の用心が必要です。高温のため、動かなくても汗がでるので体内の水分も栄養も消耗され、その結果エネルギーが不足するだけでなく、血液の粘度も上がり、血液が滞り、血栓も形成しやすくなります。

それによつて、心筋梗塞や脳梗塞を誘発し、ひいては突然死を引き起こす恐れもあります。心臓・脳血管を守るには水分の摂取のみでは不十分です。

水分のほか、種々の栄養素と酸素、そしてサラサラの血液が、健康な心・脳を保つ基本的要素です。

漢方薬の「麦味参顆粒」は体に必要な水分を補いながら、心・脳への栄養とエネルギー補給の役割を果たすとともに酸欠状態から心筋細胞と脳組織を守る作用があります。この麦味参顆粒(ばくみさんかりゅう)と血流を良くする冠元顆粒(かんばんかりゅう)の組み合わせは、夏の心・脳保護に最も効果的な方法のひとつで、おすすめします。



薬剤師・福谷信治



あなたの笑顔と健康が願いです。



## ヤマト漢方薬局

石巻市中里3-8-5 ☎ 0225-94-6195

◎ぜひ一度サイトをご覧ください ヤマト漢方薬局 検索

<http://www.yamato-kanpo.co.jp>

皮膚病(アトピー性皮膚炎、ニキビ、じんましん、乾癬、脂漏性皮膚炎、掌蹠膿疱症など)、子宝相談、婦人病、更年期障害、自律神経失調症、うつ病、耳鳴り、めまい、不眠、腰痛、関節痛、関節リウマチ、糖尿病、肝機能障害、高血圧