

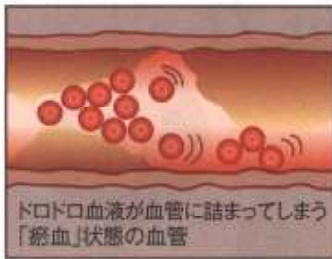


中国漢方通信



妙泉堂薬局

* おけつ 瘀血とは？



瘀血・・・ちょっと耳慣れない言葉ですが、漢方の世界では健康のキーポイントともいえる大切な考え方です。

正常な血液はサラサラとして、滞りなく全身を巡ります。身体のすみずみまで栄養を与え、私たちの健康を支えてくれます。

ところが、何かの原因によって血液の粘度が高くなると、サラサラとしてきれいな血液が、どす黒く粘りを増した状態になってしまいます。こうなると、今までスムーズに流れていた血液の流れが悪くなり、

身体のだるさや痛みや渋滞を起こすようになります。自然の川も、水が澄んでいれば停滞は起こりませんが、濁った汚れた川ではヘドロなどが溜まり、流れにくくなります。これが**瘀血**です。つまり、身体の中の血液が正常に流れなくなってしまう状態です。

* おけつ 瘀血の症状

瘀血の症状は多様です。精神・身体症状が身体のだるさや痛みなどに現れます。



！疼痛・・・針で刺されるような、また、しめつけられるような痛みがジワジワと続きます。部位は固定していることが多いのが特徴です。頭痛、神経痛、肩・首筋の痛み、心臓の痛み、胃の痛み、腹痛、生理痛など身体のだるさに起こります。

！神経症状・・・いつもイライラしがち、のぼせ、不眠、憂鬱感があってクヨクヨともの考える、といった神経症状が現れるようになります。

！舌・・・健康な人の舌の色はピンク色をしています。しかし、瘀血になると色が次第に黒ずんできます。舌の裏側を見ると、静脈が青紫色にふくらんでくるようになります。

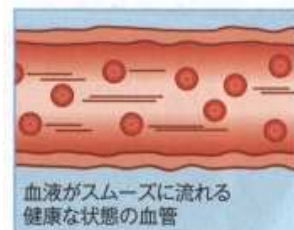
！色素沈着・・・瘀血は色にも現れます。目の回りに黒いクマができたり、皮膚全体が黒ずんだりします。また、シミやソバカスが増え、ちょっとした打撲で青あざができやすくなります。

* おけつ 瘀血の予防

- ◇イライラしない、クヨクヨ考えない・・・ストレスをため込まないように。
- ◇身体を冷やしすぎない・・・冷たいものや生野菜をとりすぎないように。
- ◇適度な運動でリフレッシュ・・・散歩やストレッチなど、無理なく身体を動かすように。
- ◇規則正しい食生活・・・食事は腹八分目。バランス良く食べましょう。

血液サラサラで生活習慣病を防ぐ

瘀血の状態が進行していくと、血管の老化が進み、高血圧や心疾患、肝臓疾患など、さまざまな生活習慣病へと移行することもあります。病気につながりやすいドロドロ淀んだ血液を、サラサラ流れるきれいな血液に変える・・・**瘀血を改善すること（活血）**がみずみずしい身体を回復する最良の方法なのです。



漢方のチカラで『活血力』をアップ!

瘀血を改善するには全身の気の巡りを良くしながら、血液の流れを良くする事が重要です。



『冠心逐瘀丹』は
血液の流れを良くする生薬

たんじん しやくやく こうか
『丹参』 『芍薬』 『红花』と
気の巡りを良くする生薬

せんきゆう もっこう こうぶし
『川芎』 『木香』 『香附子』を
バランス良く配合した漢方薬です。



汗を大量にかくこの季節に・・・

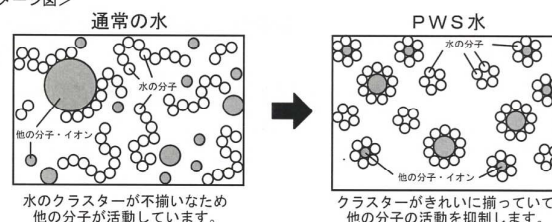
女取水(めとりすい)

汗でかゆみが強くなる方、あせも、おむつかぶれに、べたつかず、さらっとした感触の全身用化粧水です。



山梨、長野の県境にそびえる八ヶ岳連峰に浸透した伏流水をPWS（パン・ウォーター・システム）により生体水に限りなく近い水にして、抗ウレアーゼ作用・抗酸化作用のあるユキノシタと抗炎症作用のあるムクロジを加えました。汗の中の尿素がアンモニアに分解されるのを防いだり、紫外線による酸化を防いだりするので、あせもや痒みなど汗による害を防ぎます。汗のにおいも防いでくれるので、制汗剤としても使えます。また、おむつかぶれにも効果的です。

<イメージ図>



この水は組織への浸透性に優れ
細胞の生理機能を高めます。

紫外線防御には・・・

*ノンSクリーム

日光に弱く、敏感肌の方・乳幼児にのびが良く、さっぱりした感触で下地クリームとしてもボディ用としても使えます。

抗酸化作用の高いグルタチオンを含み、老化の原因となる過酸化脂質の生成を抑えます。



*ハイエスミルクイー

ルーセント日焼けをしっかり防ぎたい方に

透明感ある仕上がりの乳液タイプです。ウォータープルーフなので、水や汗に強く、効果が長時間持続します。



*プロテクトS

乳幼児にも使えるスプレータイプ保湿・保護成分、抗炎症成分、虫除け作用のある成分を含み、毛髪やメイクやストッキングの上からも使えます。

