

冷えて困る

鼻水、くしゃみが止まらず、鼻水がポタポタと落ちる

(127)麻黄附子細辛湯



おなかがゆるくなり、元気が出ない

(32)人参湯



冷えきって、体を動かすのもおっくうになる、しんどい

(30)真武湯



冷えて頭痛がひどい、時に吐き気も伴う

(31)呉茱萸湯



四肢末端が冷え、しもやけができる、腰痛、背部痛もある

(38)当帰四逆加呉茱萸生姜湯



腰から下が冷えて困る、頻尿にもなる

(118)苓姜朮甘湯



年を重ねてきたら、腰から下が冷える、
夜間頻尿になった

(7)八味地黄丸 (107)牛車腎気丸



◎冷えて良いことは1つもありません。
冷えを改善し、免疫を上げて体調を維持していきましょう。
「冷えます」と言いながら、アイスクリームやアイスコーヒーを
飲んで体調を崩している方を時々見かけます。
ファッション重視で冷えが治らない人もいます。
日頃からのちょっとした我慢を継続することが大切です。

◎「ブシ末」という生薬があります。
冷えを改善する漢方薬を内服中であれば、そこにブシ末を
追加することによって、よりカラダを温める効果が出ます。



小児科、漢方に関する情報提供のお知らせ

なかしまこどもクリニック ホームページ



①院長ブログ	毎日更新しています
②漢方ブログ	システム変更でお休みのしていましたが、R5.1月から復旧しました
③お母さんのためのオンラインセミナー	忙しいお母さんのためになる短い動画をアップしています
④小児科のはなし(R5.1月末から開始)	小児に見られる病気について解説していきます

YouTube始めました FUKUSUKEチャンネル

①ショート動画	漢方に関するいろいろな話題を提供します(音声あり)
②生薬	生薬に関する情報を流します(音声なし)
③その他	症状別に使える漢方などの情報を出します(背景音のみ)

LIVE 公式LINE

クリニックの公式LINE登録をされている方には、毎週1回、クリニックのお知らせ、ブログ記事、動画などを発信しています。

※いろいろな形での情報提供をしていきますので、上手に利用して下さい。
私の滑舌の悪い動画音声については、聞き苦しいかも知れませんが、
よろしくお願いします。

お知らせ

休診のお知らせ 2月15日(水) 都合により休診します

岐阜市の漢方外来 2月18日(土)、25日(土)

時間:14:00-17:30 場所:中島小児科(岐阜市健屋東町2-1) ※すべて「院外処方」です。

小児夜間急病センター当番日 2月10日(金)

時間:19:30-22:30(受付) 場所:岐阜市民病院

クリニックの漢方外来の一部時間変更

2月2日(木) 15:30-17:00となります。