

今日から生き生き漢方家族!

たいせい堂薬局 

漢方薬を体質に合わせて  
オーダーメイドでおつくりします

漢方薬・煎じ薬のたいせい堂薬局は「処方せんによる調剤」「一般おくすり」「自家製剤(漢方薬など)」とバラエティー豊富な薬局です。「アレルギー性の疾患」「婦人科疾患」を中心に漢方・健康相談を行っています。



当薬局では漢方薬の値段は1日分450円～500円(子どもは300円～350円)です。3人の薬剤師が漢方相談致します。何でもお気軽にご相談下さい。



東広島市西条中央  
三丁目5-5  
営/9:00～19:00  
休/日曜日・祝日  
【漢方相談・要予約】  
Tel.082-423-1010  
<http://www.taiseidou.com/>

これって風邪?アレルギー?  
のど・お腹・お肌に影響を及ぼす秋の不調にご用心!  
まずは舌で体質チェック!

### 冷え水湿タイプ



舌が厚く大きい、ふちに歯型がつく  
色が白っぽい

#### 主な症状

- ・余分な水分が体内に溜まり、喘息が悪化する。体が暖まるとラクに。
- ・透明な鼻水・手足が冷える。
- ・顔がのぼせる・元気がない。

夏の冷えが秋になり  
体に悪影響が。

#### 対処法

とにかく体を温めましょう。辛いものや体を温めるしょうがなども積極的に取りましょう。梨などの水気の多いものとりすぎに注意。

### 熱乾燥タイプ



舌がひび割れている、色が赤い

#### 主な症状

- ・体が暖まると(布団に入るなど)せきが出る。
- ・粘膜が乾燥する。・鼻水やたんに色。・熱感が強い。
- ・一見、元気そう。

夏の熱を体内に溜め込み  
秋になり、体に悪影響が。

#### 対処法

季節に関係なく室内では加湿器を使用しましょう。サウナなどによる無理な発汗は禁物。軽い運動を心がけましょう。半身浴もおすすめです。

暑い夏も終わり、さわやかな晴天が続き過ぎやすい季節の秋ですが、意外なことに、この季節に体調を崩す人も多いのだとか…。東洋医学では秋は肺の季節と呼ばれ、夏の疲れや空気の乾燥により、肺や呼吸器の症状が出やすい季節です。あなたの症状は「冷え水湿タイプ」「熱乾燥タイプ」どちらをチェックしてみて!

# 東洋医学を学ぼう!

## 風邪!?と思ったら大間違い。秋に起こる体調不良

