

広告



その道の専門家にきく 中日教えてナビ

東海エリアの**専門家**を紹介する**Webサービス**です。
あなたの**悩みや疑問**を相談したり、**専門家を探す**ことができます。

中日教えてナビ

中日教えてナビ
TOPはこちらから▶



各専門家の二次元コードから
プロフィールページへアクセス
ダイレクトにご相談が出来ます

お問い合わせ・運営／株式会社中日アド企画 中日教えてナビ運営事務局
〒460-0001 愛知県名古屋市中区三の丸1-5-2 中日新聞社北館5F TEL.052-239-1226(平日/10:00~17:00)

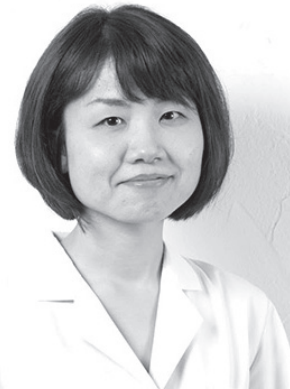
医療・健康の専門家

東洋医学の専門家

長森薬局・長森鍼灸院
浅野 美紗代

岐阜県岐阜市

西洋、東洋問わず
総合的に判断し
アドバイスさせて
頂いております



紙面出張 Q & A

Q

毎年、この時期に花粉症に悩まされています。症状を和らげる方法がありますでしょうか。

A

この時期は花粉症の症状で来店される方が多く、長期的にお薬を飲み続けたくない根本治療を希望される方が多いです。花粉症の処方薬である抗アレルギー剤は副作用として眠気、口の渇き、便秘などの症状が出る方もいらっしゃいます。花粉症の症状には漢方薬をおススメします。漢方薬は症状の出はじめるから、慢性化した頑固な症状の改善まで幅広く対応できるところが魅力的です。花粉症の症状は水のようなサラサラした透明な鼻水が出る、ネバネバした黄色い鼻水が出る、そして軽い症状から辛い慢性的な症状までタイプは様々です。

漢方薬はこのような様々な症状に対応するため、鼻炎に使われる処方が何種類もあり、体質や症状に合わせて選ぶことでの確に改善

することが出来ます。そしてなんとといっても漢方薬には眠くなる成分が入っていないので安心して飲めるのも嬉しいところ。受験生や車の運転をされる方には特に漢方薬がおすすめです。

花粉症に有効な処方として代表的なのが『小青竜湯(せいりゅうとう)』です。小青竜湯は、冷えた鼻を温め、水分循環を促し余分な水を体から排出する効果があります。これによって水のようなサラサラして鼻水が出てしまつタイプの方の症状を改善します。数日もあれば改善されるものです。症状が合っていないか、長期的に服用する処方ではありませんので使用の際はご注意ください。

東洋医学的に注目されるポイントとしては、
○肺(呼吸・皮膚)の弱り○脾(消化吸収)の低下○腎(生命力・免疫)の不足などが原因であることが多く、これらにより気・血・水の巡りが乱れていると考えます。

・体を温める、首肩の緊張をほぐす
・胃腸を整える食事をする
・夜更かしを避け、十分な睡眠を確保する

以上はまず基本として日常ケアを怠らないように意識していきましょう。花粉症の攻略で重要なのは、出ている症状に対処する「症状の改善」だけでなく、未然に防ぐ「予防」、そして症状が出ないように粘膜を守る「粘膜の強化」が大切です。将来的に鼻炎に悩まされないために強いカラダを作ることが鍵となります。薬に頼らず、日常生活の養生や東洋医学を組み合わせることで、春の季節も快適に過ごしていきましょう!!

マネー・保険の専門家



生命保険・資産運用のスペシャリスト

FP相談室

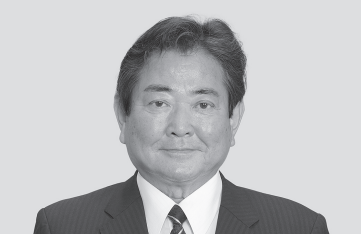
大森 英則

愛知県江南市

保険・資産運用などお客様にあったプランをご案内します



税務・会計の専門家



おかげさまで60周年を迎えます

名古屋税理士会 税理士法人NEXT

一川 明弘

岐阜県岐阜市

NEXTグループ一丸となってお客様をサポートします



医療・健康の専門家



日本歯周病学会認定歯周病専門医

緑が丘歯科医院

藤塚 勝功

愛知県江南市

臨床歴35年の歯科医師が、歯周病の徹底治療を目指します

