



体質にあった薬膳茶のおすすめ

ハル調剤薬局では「未病先防」という中国医学の考え方をお伝えしています。「病気になる前に防ぐことが大事です」という考え方です。病気という前の段階で、身体のメンテナンスを行えば、治療をしなくてもいいかもしれません。そのままいたら、気が付いた時には病院に行かなければならないのです。今の自分の身体を見つめましょう。

食事や生活習慣を見直して整えていきます。その助けにならないかと、ハル調剤薬局では今の体質にあった薬膳茶をお勧めしています。裏ページアンケートにお答えください。さあ、ご自分の今の体質をみていきましょう！



① Aタイプ：気虚

薬膳茶材料(気虚) … 紅茶、蓮肉、みかんの皮、山楂肉、紫蘇の葉

「気(生命エネルギー)」が足りない状態。「気」は人間の身体を活動させるための根本的なものです。「気」が足りなくなると、胃腸が影響を受け、消化機能や免疫機能が低下し、風邪やアレルギーになりやすくなります。

② Bタイプ：気滞

薬膳茶材料(気滞) … ジャスミン茶、みかんの皮、まいかいが、なつめ、菊花

「気」の巡りが悪くなり、停滞している状態。自律神経系の緊張がコントロールできていない不安定な状態です。イライラしたり、落ち込んだりします。

③ Cタイプ：血虚

薬膳茶材料(血虚) … ルイボス、なつめ、まいかいが、夜交藤、クコの実

「血」が不足した状態。「血」は生命を維持する基本物質です。全身に栄養を行き渡らせ、潤いを保ちます。

④ Dタイプ：血瘀

薬膳茶材料(血瘀) … ルイボス、まいかいが、なつめ、合歡皮、竹葉

「血」の循環が悪くなっている状態。停滞すると身体の隅々まで栄養が運ばれず、臓器の動きが弱まります。

この状態が長く続くと、生活習慣病や婦人系のトラブルに発展します。

⑤ Eタイプ：陰虚

薬膳茶材料(陰虚) … くこの実、まいかいが、ほうじ茶、杜仲葉、竹葉

身体の中の水分が不足して陰陽のバランスが崩れ、余分熱を持っている状態。身体の中の水分が足りなくなり、色々な乾燥症状が出ます。更年期は「陰虚」に傾き、のぼせやほてりを感じます。

⑥ Fタイプ：痰湿

薬膳茶材料(痰湿) … ウーロン茶、蒲公英根、蓮葉、はとむぎ、みかんの皮、南蛮毛

身体の中に水分が溜まっている状態。胃腸の機能がうまくいかないと水分代謝が悪くなり、身体の中に水が溜まってきます。このタイプは胃腸が弱い方が多いです。

⑦ Gタイプ：陽虚

薬膳茶材料(陽虚) … 紅茶、なつめ、まいかいが、ウイキョウ、桑の実、よもぎ、くこの実

身体の中の寒熱バランスが崩れて寒に傾いている状態。気虚の状態が続いていると「気」が足りない状態が続きます。「気」には身体を温める作用があり、「気」が足りないと身体が冷えてきます。体温が下がると免疫が下がると言われています。

薬剤師ハルさんがフレンドした体質別薬膳茶 販売中！！

気虚、気滞、血虚、血瘀、陰虚、痰湿、陽虚の7種類の薬膳茶を販売しています。

初めてご購入いただく方向けに、組み合わせ自由で7包お選びいただける、お試しセットも販売しております。お気軽にいらしてください。

ネットショップBASEでも販売しています♪



体質別薬膳茶お試しセット(7包入り)・・・600円(税込)

体質別薬膳茶(15包入り)・・・それぞれ1620円(税込)



ハル調剤薬局

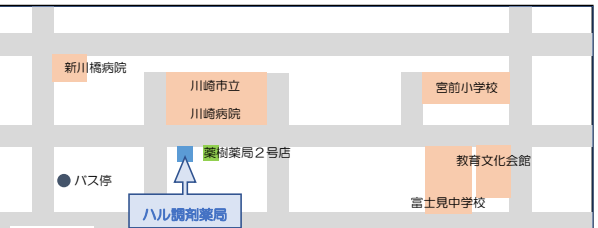
住所 川崎市川崎区境町3-1

電話 044-276-8590

営業日 月～金 9:00～18:00

※緊急時は24時間対応致します。

上記電話番号にご連絡ください。



こちらのQRコードを読み込むとアドレスが表示されます♪