

漢



秋は肺

方

9月から秋になりました。秋に弱くなる所は肺です!!
喘息、気管支炎、鼻炎、皮膚病などです。秋は乾燥季節です。

潤いを与える食材



積極的に
摂りま
しょう

温める食材



咳にも空咳だったり、

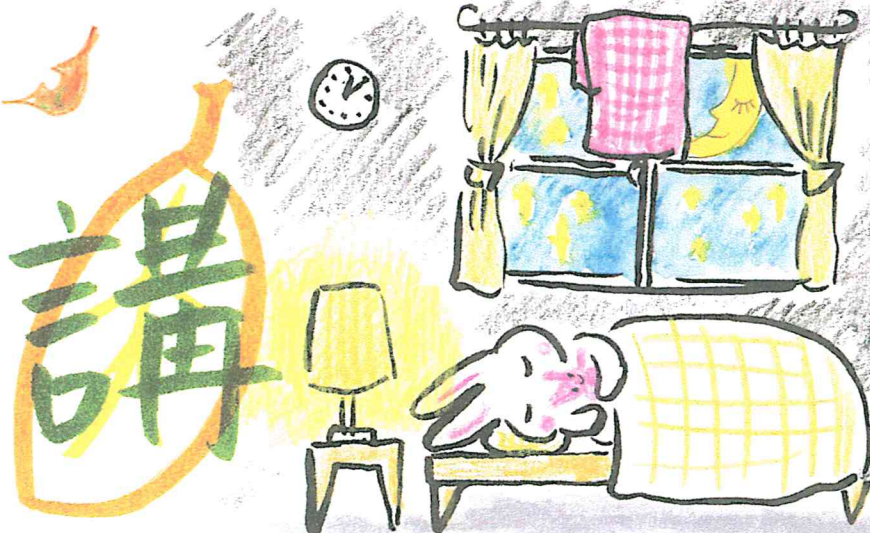
たんが多く出る咳だったり、漢方の処方もちがいます。

慢性の咳が長く続くときは、病院での検査をおすすめします。

又、病院の診断で間質性肺炎や肺気腫で困っている方、是非、お声かけて下さい。お役に立てる物、御用意しています。

これから乾燥気味ですが、加湿器を夜中ずっと使っていると、逆に布団が湿気で冷えてしまいます。

夜中はぬれタオル1枚、かべにかけるだけにしましょう



秋の夜長に
ぬれタオル一枚

座