

## ～院長コラム～

### 『朝、葛根湯を飲む』

朝起きたら、少しゾクゾクしてカゼをひいたかなと思った。  
こういう時は葛根湯を2包、お湯に溶いて、あるいはお湯で  
サッと飲みます。

汗をかくまで飲んでみます。

3時間おきに飲んでみます。

朝起きたら、花粉症で鼻がつまって苦しいです。

葛根湯を1包飲むと、30分もしないうちに(早いと20分くらいで)  
鼻が通ります。

目が覚めてシャッキとします。

朝から抗アレルギー薬を飲むと、眠気がくる、口の中が乾燥  
して困る方にはお勧めします。

朝起きたら、肩がこっています。

首の後ろ、後頭部がパンパンに張った感じがします。

少し頭痛もあります。

こういう時は葛根湯を1日3回、1回1包ずつお湯で飲むと  
治ります。

「こども健康ネットブログ」より



なかしまこどもネット QRコード  
※名前を入力して送信して下さい



こども健康ネットブログ  
QRコード

なかしまこどもクリニック



# 通信

## 2015年3月号

なかしまこどもクリニック 瑞穂市十九条(パロー北)

ホームページ [www.n-kodomo.com](http://www.n-kodomo.com)

診療時間		月	火	水	木	金	土	日
午前	8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	
午後	14:00~15:00		△		★	△		
	16:00~18:30	○	○			○		

★:漢方外来 14:00~17:30 受付

△:乳幼児健診及び予防接種



診療予約

058-327-4891

お問い合わせ

058-327-3100