



梅雨明けから 8 月にかけて、猛暑日が続きましたか。皆様、お元気でしょうか？
 外出も恐いくらいの日差しで、夜になっても気温が下がらず、寝苦しい日が続きました。
 冷たい飲食物の摂取、寝不足に熱中症予防による水分摂取過多とからだ
 にも相当、負担がかかっていると思います。9 月に入、て夏の疲れが出やすいよう
 に、今から養生してからだを整える準備を致しましょう。まず第一に養生です!!
冷たい物の摂り過ぎは食欲不振の原因になります。今日の献立は何で
 しょうか？ 1 回の食事に冷たい食べ物は 2 パンチ までにしましょう。冷たい
 ビールやお刺身・生野菜サラダ、冷奴にそうめんなどということのないように。
 疲れを感じている時は 温かいごはんにみそ汁 を基本に献立を考えましょう。



そして、毎年この時期にお伝えしているのですが、冷蔵庫からすぐの
 飲み物は止めて、常温に戻すか、または 常温の飲料に氷を
1 個浮かべて、口元だけ冷やす という工夫もされると良いでしょう。
 自動販売機の飲料はすべて冷えていますので、いきなり胃腸に
 入れるのではなく、口の中に含んで体温で温めてゆっくり飲み込みましょう。
胃をいたわることが元氣の本です。

夏バテ防止に パナパール!!

養生が大切なこともわかっていながら、やはり、暑中、
 冷たいビールの誘惑にはなかなか勝てないものです。
 冷たい飲食物で胃腸を弱らせてしまったり、冷房に
 よる体調不良を感じたら パナパール を服用してみて
 下さい。パナパールは弱った胃腸の働きを盛んにし
 くれると同時に、やまいも・にんにく・はちま配合で栄養で
 体力を回復してくれます。



パナパール

150 カプセル 6,500 円
 270 カプセル 10,800 円
 (送料別)

貴方に合った漢方薬をお選びします。どうぞお気軽にご相談下さい!



ワタナベオイスターの活性酸素除去と蛋白合成

先日、ワタナベオイスターの研修会に参加してきました。この会社の学術はしっかりしていていつも大変勉強になります。今回のテーマは**肝臓**と**認知症**でした。肝臓の数値の悪い方は尿中にミネラルが排出されてしまうので積極的に補給しよう。又、肝数値が悪いということは**肝細胞**が壊れているということです。なので養生とともに**肝細胞修復**のために**蛋白合成**してくれる**オイスター**が必要です。オイスターの蛋白合成は**口内炎**の修復に顕著なことで証明されます。

次に**認知症**(アルツハイマー病)ですが、この病気は**神経**が変性して**脳**が萎縮することが最大の特徴です。脳内のゴミ(老人斑)である**アミロイドβ**と中枢神経細胞に少量に存在し、脳の神経伝達のしくみに必須の**タウタンパク質**の変性が大きき原因です。アミロイドβは**活性酸素**により凝集するとまた新しい**活性酸素**を発生させ、神経細胞を傷つけます。タウタンパク質も**活性酸素**により神経細胞の軸索に変性を起こし、神経伝達の障害をします。そこで必要なのは**活性酸素の除去**です。

活性酸素除去には**抗酸化物質**が必要で**牛黄**(靈黄参)

や**プログリーン**(大麦若葉)やビタミンC・ビタミンEなどがあります。オイスタードリンクには**脳内**に入れる**CG7**という抗酸化物質があります。新発売になった**オイスターゼリー**にもドリンクが配合されているのでCG7を摂ることになります。試食希望の方はお声をかけ下さい。



160T 12000円
300T 21000円
600T 40000円
送料

9月の臨時休業

9月15日(火) (大丸薬局、17時閉店)

【くすりの大丸】

〒221-0841 横浜市神奈川区松本町 1-1-5
[TEL] 045-620-0804 [FAX] 045-620-0804
[営業時間] 月曜～金曜 11:00～19:00
土曜 11:00～18:00
(定休日: 日曜/祝日)

【大丸薬局】

〒221-0842 横浜市神奈川区泉町 1-1
[TEL] 045-312-2248 [FAX] 045-548-3450
[営業時間] 月曜～金曜 10:00～19:00
土曜 10:00～18:00
(定休日: 日曜/祝日)