



カゼで当院を受診された患者様へ (帰宅後にしていただきたい事)



- (1) 暖かい食べ物におろしたての生姜を小指の先ぐらいの量を加えて召し上がってください。温まったら、漢方薬(葛根湯・麻黄附子細辛湯・麻黄湯)を飲んでください。



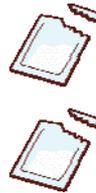
・暖かい食べ物とは、お粥・うどん・鍋物などのことで、これらで水分とカロリーを補いましょう。



・生姜は葛根湯の作用を補ってくれます。チューブの生姜は重要なエキスが死んでおり、発汗効果がありません。おろしたての生姜が「生きがいい」です。



・上記のことは、病原菌を煮沸する準備をするために、体にエネルギーと水分を補給していると考えてください。



・体温が38度以上なら葛根湯は2袋飲んでみてください。

- (2) 暖かくして数時間の睡眠を取ってください。汗をかくと、いい感じです。さらに楽になります。



- (3) ひと汗かいたら、もう一度、暖かい飲み物(生姜湯など)を飲んで漢方薬を内服して下さい。やはり、暖かくして休んでください。



- (4) これを一晩に何度か繰り返して下さい。うまく行けば、翌朝、ずいぶん楽になります。



- (5) 解熱剤(カロナール)の使用の目安は38.5度以上です。あくまで目安です。食事が摂れて、眠れているのなら、敢えて飲む必要はありません。

このようにして漢方薬で回復された方は、顔色がいいです。

熱は下げないと！ と考えて解熱剤を何度も使われている方は、治りも遅く、蒼い顔色をされて、眼光も弱くなっています。

