

漢方とアレルギー <デトックススープ>

アレルギーには、身近なものでは春の花粉症や食物アレルギーがあります。

漢方薬には、小麦やゴマを配合しているものが数点ありますので、食品に対する強いアレルギーをお持ちの方は、気を付けなければなりません。

また、現代医学では、アレルギーは1型~4型に分類されています。花粉症は1型です。

どのタイプも主な原因は外からの刺激であるアレルゲンです。

大切なことは、アレルゲンによる気になる症状を抑えつつ、症状が出にくい身体に持っていけるようにすることです。

それには漢方薬も一つの手段です。

漢方で考えるのは、五臓の脾の働きを強壮したり、外邪の侵入を抑える肺を労わったり、肺と関係の深い腸内環境や皮膚を整えてあげたりと、見直すところはたくさんあります。

今までに何度も出てきた陰陽五行説や五臓六腑の話が、どんなところにも活かされるのが漢方の特徴です。いろんな症状の対処方法を知ると漢方の基礎がしっかり根付いてきます。

実習は、外邪(アレルゲン)から身を守る皮膚の強化とデトックスに着目したスープです。

お茶でも美味しくいただけるレシピです。調理はなく、材料をお持ち帰りしていただきます。



日時 2022年2月26日(土)10時30分~12時

場所 ヴィーナスメディカルハーブラボ

参加費 3500円

<https://www.venurse.com/kanpo.html#lecture>

オンライン講座(実習無し)参加費3000円

2月26日(金) 10時30分~12時

14時~15時30分

