大切な人のために今すぐ出来る養生法

健伸堂の漢方講座

第５回　多汗症対策

暖かくなってきたこの季節、汗でお困りではありませんか？

周りの人は全然なんともないのに、自分だけ汗をかいてしまい、汗をかいた後の臭いが気になる…

じっとしていても、頭や額から汗が滴り落ちてきて、いつのまにか胸元や背中にも汗をかいてしまう

手のひらから、常にジワジワと汗が滲み出てきて、人に物を手渡す時に気になる

漢方ではこのような汗のお悩みは「多汗症（たかんしょう）」と捉えます。
今回は、この多汗症を改善するためのレクチャーです。
どうぞ、お気軽にご参加ください。

in 京都駅前店

第１部：多汗症の養生法

多汗症の症状を軽減して、汗に困らないための日々の養生法をお話させて頂きます。

1 多汗症の原因は？　2 汗が気になる部位ごとの対策

第２部：多汗症の症状改善に役立つ漢方薬

実際につらい汗の症状が出た時に役立つ漢方薬は？
効果的な使い方についてお話いたします。

気になること、質問は事前にスタッフまでお伝えください。なるべく当日にお答え出来るようにいたします！

日　時	2016年5月27日（金）11時00分～12時30分
場　所	健伸堂薬局　京都駅前店
参加費	無料
定　員	先着8名様まで
お申し込み	① お申込みフォーム（右のQRコードを読み取ってください）
	② お電話（075-353-7111）
	③ メール（info@kanpou.info）
	④ 店頭でスタッフにお声がけください

http://urx.red/or0o

健伸堂の 漢方講座

第５回　多汗症対策

多汗症の原因は、精神的なもの、食生活の影響、メタボによるもの、遺伝性、ホルモンバランスなど、多岐にわたります。また、汗がよく出る部位も様々で、大きく分けて全身性の発汗と、頭部、顔面、手足、腋などの局所性の発汗があります。

漢方では、汗がだらだら出てしまう原因の１つには、体の表面を防衛する衛気（えき）という力（西洋医学的には皮膚の温度調節力や免疫力）が弱いと考えます。また汗は津液（しんえき）といい、体にとって貴重な水分であり、身体の隅々を潤し、滋養作用をもっている大切なものと考えます。その津液（しんえき）が汗としてダラダラと漏れ出てしまうのは、身体の表面の防衛力である衛気（えき）が、発汗をつかさどる汗腺をコントロールできなくなってしまった結果と捉えます。

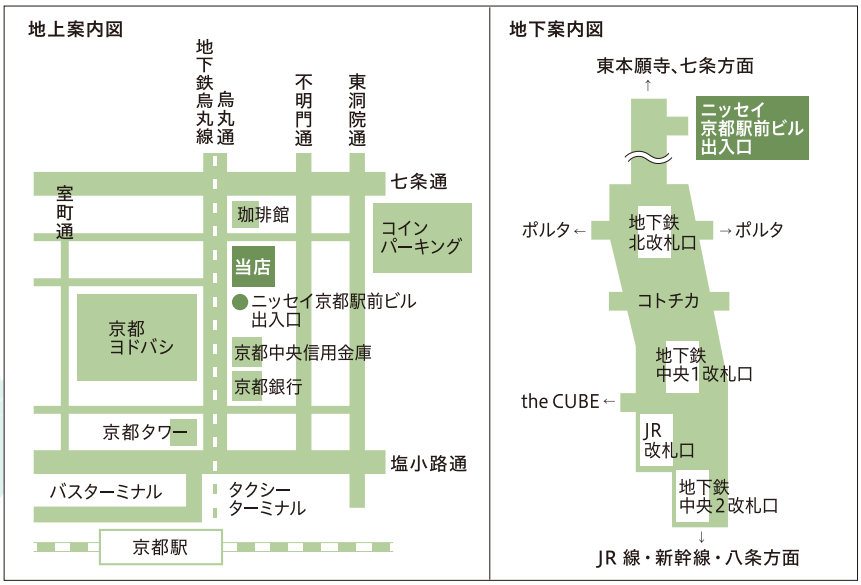
なぜそうなってしまったのかという原因を探り、また汗の部位を考え、さらに体質を総合的に判断して、解決法を考えていきます。例えば、体表の汗腺をコントロールする力を高める、水分代謝を良くして汗を少なくする、自律神経のバランスを整えるなど、多くの対処法があります。

この講座を通して、汗のお悩みの原因を探り、これから来る暑い季節を快適に過ごすための対処法を一緒に見つけましょう！

前回の漢方講座の様子

会場案内

漢方の健伸堂薬局　京都駅前店 / 健伸堂鍼灸院



〒600-8216
京都市下京区烏丸通七条下ル
東塩小路町735-1
京阪京都ビル 9F

・ＪＲ京都駅中央口より徒歩４分
・地下鉄烏丸線京都駅
　中央１改札口・北改札口より徒歩３分

TEL.（075）353-7600
FAX.（075）353-7766

営業時間　10：00～19：00
休日　日曜日、祝日、お盆、年末年始
（詳しくはお電話にてお問い合わせください）

健伸堂
http://www.kanpou.info