

頭痛
イライラ



生理不順
生理痛



集中力の
低下



胃痛
胃もたれ

それって自律神経が、原因かも!?

漢方医学において「肝」とは肝臓の働きを指すだけでなく「自律神経」の働きを指すことをご存じでしたでしょうか？

自律神経とは？



人間が自由に動かす事が出来ない神経です。

何リズ



- ◎心臓や胃腸の動き
 - ◎末梢血管（手先・足先、臓器の先などの細い血管）拡張・収縮
 - ◎肝臓の胆汁分泌調整
- などは、
全て自律神経が人間の意志とは関係なく調節しています。

自律神経バランス



交感神経
(緊張の神経)

副交感神経
(リラックスの神経)

自律神経は大きく分けて「交感神経（緊張の神経）」と「副交感神経（リラックスの神経）」で構成されており、互いにバランスを取り合いながら働いています。

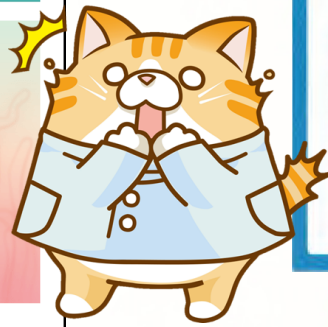
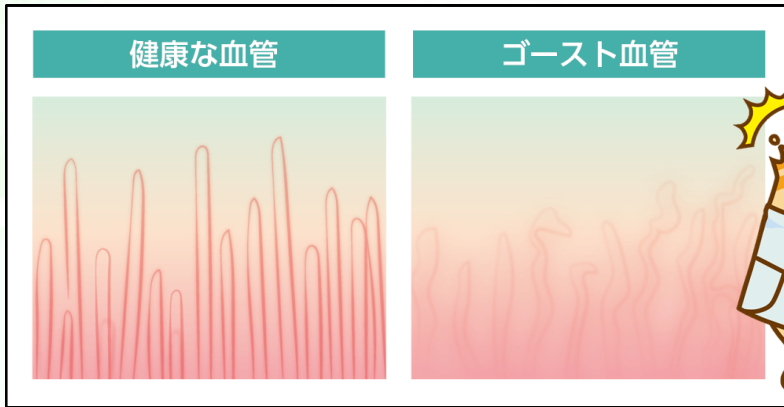
自律神経バランスの乱れ（肝の弱り）



ストレスに晒され続けると「交感神経（緊張の神経）」の高ぶりが見られ、自律神経のバランスが乱れていきます。また、単純に加齢による自律神経の乱れも良く見られる現象です。

自律神経の乱れ（肝の弱り）は健康に影響します

様々な影響がありますが、最も大きいと考えられるのが血流悪化です。末梢血管が収縮し血流が悪い状態が続くと末梢の毛細血管が消えてしまい、各臓器のパワーダウンにつながったり、大きな病気の原因にもなってしまいます。



“ゴースト血管”化をチェック！

こんなことに心当たりはありませんか？

- 以前より太りやすくなった
- シミやシワが増えた
- 階段を上がると息切れする
- 疲れやすくなった
- 集中力が途切れやすい
- お酒が弱くなった
- 手足が冷えやすい
- 筋肉痛がしばらく続く
- 眠りが浅い

自律神経の乱れは改善できる

生活習慣を見直したり、食生活の改善や、または血の巡りを改善する生薬の継続使用などを組み合わせる事で、乱れた自律神経を立て直す事が出来ます。実際に漢方医学の世界においては自律神経の乱れを正す事で病気を未然に防ぐという考え方あり、大病を防ぐ為のカギになると考えられています。

病気を防ぐには血管血流から！！
そして、毛細血管は、回復できます！
ご相談下さい。

ハシドラック
薬剤師 高橋

