

漢方薬の豆知識

漢方薬の飲み方ひとつで
効果も違うってご存知でしたか？

【飲み方編】

生薬は直飲みの【散薬】と
生薬の煮汁を飲む【煎じ薬】の
2種類の方法が主流です。



【煎じ薬】



【散薬】

ここから更に
アレンジ!

温かくして
飲む

冷まして
飲む

そのまま
飲む

練り
固める

油で
練る

湯

トウ

飲

イン

散

サン

丸

ガン

膏

コウ



*葛根湯
*小青竜湯



*温清飲
*折衝飲



*銀翹散
*五苓散



*八味地
黄丸



*紫雲膏
*中黄膏

飲み方Point! 『～湯』編



1 お湯の中に薬をといて混ぜる!



ざっくり言うと
お湯にといいて100%
お湯と飲んで70%
お水で飲んで50%と
効果が違うみたい!

2 沈殿してても溶けてなくても混ぜて飲む。

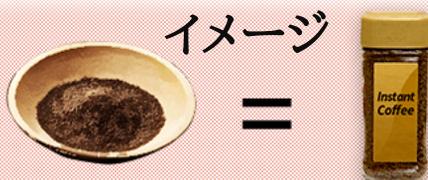
※メーカーによっては、溶けにくいものもありますが、沈殿していても混ぜて飲んで頂ければ同様です。



【エキス製剤】って?

煎じ薬の作り方って、たくさんのお水と生薬を鍋に入れ〜と、とても大変で時間もかかります。

だから、**生薬を煎じて乾燥させ粉にアレンジしたものが【エキス製剤】で、それを調合したものが漢方薬になります。**



イメージ
エキス製剤 = インスタントコーヒー

お湯で溶くと煎じ薬に戻るんだね!

