

お客様からの 質問の声 No.110

●鼻炎を止める方法は？

鼻炎を直ぐに抑えたいときは、やはり鼻炎錠(抗ヒスタミン薬等)になります。ただ鼻炎錠は、その場だけ一時的に抑えるだけですので、根本的に体を改善して治すことにはつながりません。

鼻炎の原因をさぐり、不足しているものを補ったり、余分なものを減らしたり、体質に合った漢方、また食事や生活を見直して養生していただくと殆どの方は治ります。

簡単に出来ることとして、冷たいものや水分(ビールや果物等)は取り過ぎないようにしましょう。基本的に体に入った水分の多くは、腎臓で処理され膀胱を通りおしっことして出されますが、処理できない水分は上に上がり肺に溜まり、鼻水として溢れ出ます。普段は大丈夫な量であっても、その時の体調によっては負担になってしまふことがありますので、十分に気をつけましょう。

