



泰山堂通信

Vol.50

◆◆女性の体は7年ごとに変わる◆◆

中医学では女性の体は、7年ごとに節目を迎えて変化していくと考えられています。たとえば、28歳は女性としてもっとも充実した体になる時期で、筋骨は堅固となり、髪の毛の成長もピーク、妊娠にも最も適した時期と言えます。35歳になると気・血の衰えが始まり、顔にはシワが見え始め、抜け毛も始まります。妊娠率の低下や流産率の上昇も、ちょうどこの時期が曲がり角になります。42歳は、体力・臓腑の衰えが気になり始めます。シワが増え、白髪が見え始めます。49歳になると、閉経が訪れます。



昔は、このような女性のリズムに合わせて、妊娠・出産、また「引退」がありました。しかし、現代は、晩婚化により、女性の体のリズムと妊娠の時期が必ずしも一致なくなっています。また、49歳を過ぎてても、引退どころか、ますます社会で重責を担い活躍する女性が増えています。

現代社会が女性の体に負担をかけやすい状態になっていることを日頃から意識し、体のちょっとしたサインを見逃さず、食養生や漢方薬で、早め早めにケアしていくことが大切です。年齢や体調に応じて、不足しているものを補う漢方薬、多すぎるものを排泄する漢方薬、停滞しているものを巡らせる漢方薬・・・などを使って、体の節目を上手に乗り越えていきましょう。

◆◆若返りの水、ハンガリアン・ウォータ◆◆

今日は、ちょっと羨ましいお話し。14世紀のハンガリーで、王様に先立たれた悲しみと、持病のリウマチですっかり老けてしまった王妃エリザベートが、ローズマリーのハーブチンキで、体の痛みがとれ、お肌も若返り、元気を取り戻しました。そして！ 当時70歳を過ぎていた王妃に、20代の隣国ポーランドの王子が、プロポーズしたと伝えられています。



このローズマリーチンキで作った水が、ハンガリアン・ウォータ、別名「若返りの水」として、ずっと語り継がれています。20代の男性からのプロポーズは別としても、いつまでも若々しくありたいと思うのは、古今東西、女性共通の(男性も?)願いですね。ローズマリーには、この他、抜け毛予防や記憶力アップなど、様々な効果が期待できます。

土曜日の予約制アロマレッスンでも、このハンガリアン・ウォータ作りをやっていますので、是非、お試しく下さい！



漢方草庵 泰山堂

営業時間：月～金 11:00～18:30 / 土曜日：12:30～17:30 / 定休日：日曜、祝日
TEL:044-222-4484 FAX:044-222-4486

★予約制の無料漢方相談を行っております。詳細はホームページをご覧ください

<http://www.taizando.net/>