

漢方薬の飲み方

漢方薬って...

漢方薬は、さまざまな症状緩和に効くのはもちろん、健康度を高めるためにも効果があります。漢方薬というと「マズイ」「苦い」というイメージがあるかもしれませんが、美味しく工夫すれば無理なく飲める方法をここに紹介します。以外にもそのまま飲めるお子さんもいらっしゃいます。ぜひ色々な飲み方をチャレンジしてみてください。

いつ飲むの？

処方時に医師から説明させていただきます。漢方処方基本的には「食前」ですが、忘れてしまったときなどは食後でも大丈夫です。頑張って食事前に飲ませるよりも、飲みやすいタイミングを選んで機嫌よく飲んでもらうのが漢方薬と長くお付き合いするコツです。



漢方薬を溶かす場合は...

小さじ1/2のお湯で溶かす
2~3分置かかレンジで溶かすとロムが出来ます
*1/2包なら500Wで5秒少1包なら10秒程度
加熱のしすぎにご注意ください!

後味が残りやすいので、飲んですぐに好きなものでお口直しをするのがオススメです。



1歳未満のお子さんのハチミツ・黒蜜は使用禁止です!!



<p>0歳~</p>	<ul style="list-style-type: none"> 数滴の水やシロップを垂らし、ペースト状にして指にのせて、口の中(頬の内側)に塗りつけてすぐに母乳・ミルクを飲ませる アチダノン・ベビーダノンやヨーグルトにジャムを混ぜたものに混ぜて飲ませる
<p>1歳以降</p>	<ul style="list-style-type: none"> 粉のままジュースやココア(ミロも可)で飲む 溶かしたシロップやジュース類と混ぜる(濃い目に作って冷やすと良い) <ul style="list-style-type: none"> ココア リンゴ・カルピス・サイダー ミロ ぶどう・ヤクルト 酸味のあるヨーグルト オレンジジュース ペースト状のものに混ぜる <ul style="list-style-type: none"> チョコクリーム ジャム ピーナツクリーム (アレルギー無ければ) ハチミツ 黒蜜 ジャムやハチミツ入りのヨーグルト アイスと混ぜる <ul style="list-style-type: none"> クッキー&クリーム・チョコレート・バニラ (濃い味のアイスがおススメ)
<p>どなたでも</p>	<ul style="list-style-type: none"> 漢方水にする 溶かした薬にシロップを加えて、水やジュースを加えて凍らせるとシャーベットになる

甘いものが苦手なら...こんなものにも混ぜられます!!

ケチャップ・マヨネーズ
たこやきソース・味噌汁
コンスープ・海苔の佃煮など

小さめのハンバーグや肉団子に1つに1回分の薬を入れて作る
冷凍しておいてデミグラスソースや甘酢あん、カレーをかけてもOKです

なかなか飲まない、飲んでも症状が変わらないという時には無理せずにご相談ください。

