

最近、疲労を訴える方に感じる“ある”こと。

疲労回復材料が全然足りてないです...

テレビ、新聞、ネット...見聞きあるだけで疲れる情報の中、「知らない」ことに不安や罪悪感を覚えやすい現代。元気な心身でも、知らず知らずに「はあ〜」と、ため息が出てしまいます。店頭でも、疲れや身体の不快感が取れない、不安をととも感じる、息苦しいなどの訴えが多くなったと感じています。

「疲れたら寝る」一昔前はこれで良かった。ですが、IT化が急激に進んでいる現代、疲れて寝たいのに眠れないという人が増えています。昔より便利になった現代ですが、身体の疲労が減った分、精神の疲労が深刻になっています。

身体を動かす肉体疲労は自覚もあり、周りも気づきやすいですが、精神疲労はギリギリになるまで認識しづらく、周りも気づきにくいものです。また、限界が見えづらいこともあり、気づいた時には身体症状も伴い、安定剤・抗不安薬などを服用されている方も増えています。

身体症状がひどい場合など、向精神薬系が必要な時もありますが、身体の消耗



をまず考えてみる必要が
必要です。とくに精神疲労
がある場合、身体の消耗を
回復するため「カラカラ
(空々)」になった回復材料を
補うことをしていけないと空回りして
しまうことも...

漢方薬を症状改善のために服用して
いても、漢方薬本来の働きがしっかりで
る人とでない人がおり、その差には回復
材料の「カラカラ」が影響していることが
多いのです。

精神疲労の場合、どのように消耗を補
い回復させるのが良いのかを店頭でしっ
かりとお話（相談）しながら、あなたに
必要な物を選んでいきます。そして、
選ぶものについても、誰でもが口にでき、
依存性がなく、安心して続けられ、な
るべく天然成分によるものをご用意して
おります。

気持の沈みや心の病気などは、子供
からお年寄りまで年齢に関係なく、生き
ている人すべてに起こりうることです。

気になるなあ。。。と心に留まった方、
お気軽にお問い合わせください。