

# インフルエンザに板藍根

板藍根(ばんらんこん)はインフルエンザが流行る時期に欠かせない生薬の一つです。

心して使える家庭の常備薬として、感染予防に幅広く利用されています。細菌やウイルスに幅広

ません。飲みやすいエキスタイプのものや、のど飴もあり、とても便利です。

ところで、お寿司の仕切りに使う緑の葉のバラン、最近はプラスチック製です

板藍根はアブラナ科タイセイの根で、抗茵・抗ウイルス作用に優れ、熱っぽい症状に効果的です。

阿部 佐知子の

国際中医師

続



## <第五十一話>

のどの痛みやイガイガを感じたとき、周りに風邪気味の人がいいたとき、人ごみ

でも重宝する良い生薬な

らの知恵なのでしよう。

に行つたときなどに飲んでおくときよいのです。

のです。

◆飯島仁生堂薬局本店

受験生や小さなお子さんにもおすすめです。

お腹にも優しく、眠くなり

足立区千住1-29-2  
☎03-5888-1227-3

中国では板藍根は安

眠にも優しく、眠くなり

http://www.jinseido.co.jp