

①「ウイルスを侵入させない」と
②「侵入したらその敵と戦う」です。感染したら発症につながり

大きく分けて2段階あります。ウイルスや細菌などの病原体に立ち向かう「免疫のシステム」は

勢が基本だと思えます。詳しくはご相談ください。

そのサイクルはもっと短くなるかも知れませんが、その中で生きていくためには変遷していくウイルスを追いかけるだけでなく、守る姿勢が基本だと思えます。

世界的大流行を引き起こしてきました。世界が身近になった今、そのサイクルはもっと短くなるかも知れませんが、その中で生きていくためには変遷していくウイルスを追いかけるだけでなく、守る姿勢が基本だと思えます。

私たちは住んでいる地球上には未知のウイルスがたくさんいます。そしてそのいずれかが10〜40年のサイクルでパンデミック(世界的大流行)を引き起こしてきてきました。世界が身近になった今、そのサイクルはもっと短くなるかも知れませんが、その中で生きていくためには変遷していくウイルスを追いかけるだけでなく、守る姿勢が基本だと思えます。

そのサイクルはもっと短くなるかも知れませんが、その中で生きていくためには変遷していくウイルスを追いかけるだけでなく、守る姿勢が基本だと思えます。

そのサイクルはもっと短くなるかも知れませんが、その中で生きていくためには変遷していくウイルスを追いかけるだけでなく、守る姿勢が基本だと思えます。

そのサイクルはもっと短くなるかも知れませんが、その中で生きていくためには変遷していくウイルスを追いかけるだけでなく、守る姿勢が基本だと思えます。

そのサイクルはもっと短くなるかも知れませんが、その中で生きていくためには変遷していくウイルスを追いかけるだけでなく、守る姿勢が基本だと思えます。

そのサイクルはもっと短くなるかも知れませんが、その中で生きていくためには変遷していくウイルスを追いかけるだけでなく、守る姿勢が基本だと思えます。

そのサイクルはもっと短くなるかも知れませんが、その中で生きていくためには変遷していくウイルスを追いかけるだけでなく、守る姿勢が基本だと思えます。

そのサイクルはもっと短くなるかも知れませんが、その中で生きていくためには変遷していくウイルスを追いかけるだけでなく、守る姿勢が基本だと思えます。

そのサイクルはもっと短くなるかも知れませんが、その中で生きていくためには変遷していくウイルスを追いかけるだけでなく、守る姿勢が基本だと思えます。



龍虎堂薬局

薬剤師
夏莉和子 なつかり かずこ
日本不妊力カウンセラー協会認定
不妊カウンセラー
夏莉竜子 なつかり りょうこ

漢方と養生についてアドバイス
をいただきました。

詳しくはご相談ください。

詳しくはご相談ください。

詳しくはご相談ください。

詳しくはご相談ください。

詳しくはご相談ください。

詳しくはご相談ください。

詳しくはご相談ください。

詳しくはご相談ください。

詳しくはご相談ください。

詳しくはご相談ください。

詳しくはご相談ください。

詳しくはご相談ください。

第1段階

粘膜免疫(異物の侵入を防ぐ)

空気や飛沫感染がおこると上気道が最初の戦場になります。気道の粘膜の上には粘液が分泌されており、細菌などの異物を絡め取って繊毛で排泄します。しかし、気道は乾燥しやすく粘膜や粘液が手薄な所から容易に侵入してきます。侵入した時点で感染なので、粘液が少なく繊毛がうまく働かずウイルスの排泄が出来ないので、ウイルス量が増えて感染しやすくなります。



感染予防のためにあなたができること

粘膜免疫力を高めよう!

粘膜の材料である緑の濃い野菜(緑黄色野菜や鮭でも可)を毎日摂って健全な粘膜を育てましょう。そこからたっぷりの粘液を分泌して潤いを保ち繊毛の排泄運動を助けます。また、清熱作用があり炎症の熱を冷ましたり、健康な血液を造り回復力を助ける効果があります。



唐辛子やニンニクの摂りすぎは粘膜の乾燥を招き傷つけるので控えましょう。激辛は危険です。目に刺激物が入ると激痛と炎症で真っ赤になるでしょう?胃腸の粘膜でも同じ事が起っているのです。基礎疾患や肥満はすでに慢性炎症状態です。肺炎などになると進行が早くなるので気をつけましょう。

ココロとカラダに優しい

漢方のチカラ

龍虎堂薬局に聞きました

Q

ワクチンはまだですが、するのも不安です。自分で出来る感染予防法はありますか?

ありますよ! ワクチンは感染予防より重症化を防ぐ効果があります。しかし、時間による効果の低下やコロナの変異株によっては効かないことも。ではどうしたらいいのでしょうか?

コロナ禍を健康に生きる! Vol. 74

第2段階

自然免疫・獲得免疫(侵入した異物と戦う)

自然免疫

生まれながらにもっている免疫の仕組みです。マクロファージや白血球の半分を占める好中球などがあり、自分と自分以外を認識して自分以外の病原体を食食したり攻撃、排除します。しかし、細胞内に入ってしまった病原体には対応出来ません。また、自然免疫力は加齢によって低下しやすく、肺炎になると重症化、サイトカインストームによる多臓器不全に繋がります。

獲得免疫

麻疹などのように、一度侵入した病原体の情報を記憶し、再び侵入された時に一早く対処できるよう学習します。一度かかった病気にかかりにくいのは、この獲得免疫が抗体を作ることで、ウイルスなどの抗原を処理しているためです。獲得免疫は自然免疫のように先天的に備わっているものではありません。

自然免疫

異物を発見! 攻撃開始



攻撃



獲得免疫

異物を記憶! 攻撃開始



攻撃



「漢方のチカラ」のバックナンバーはこちらからチェックできます!

<http://kanpo-ryukodo.com/kanpo.html>

あなたの悩みをチェックしてみよう!



龍虎堂薬局

営業時間/9:30~19:00 休/日曜・月曜 Pあり
西彼杵郡長与町嬉里郷1170-5

☎095-883-4300

龍虎堂薬局

検索



漢方相談はご予約下さい! facebook更新中!