

<花粉症>

原因：乳製品・脂・アルコール・睡眠不足・心の熱（ストレス）

熱・・・目・鼻のかゆみ

80：50 + 心の熱

50：粘膜面の炎症

104：鼻づまり(+28)

蒼耳散：鼻づまり・鼻炎

腎

87：腎↑

7：87+足冷↓

107：7+夜尿↓

塩：腎↑水↓

水・・・鼻水・むくみ

28：むくみ

19：くしゃみ（冷え）

原因：コーヒー(冷え)・遅い飲食・アルコール・自然塩不足

肺気虚：鼻炎・感冒 玉屏風散：鼻炎・風邪予防

原因：口呼吸(就寝時テーピング)