

夏バテ



夏バテの原因と症状



暑さ

1

消化機能の低下
嗜好の変化

2

多量の汗をかくことによる

脱水

3

強すぎる冷房による

冷え

自律神経の乱れ

症状

- 食欲不振
- 疲労感
- 倦怠感

など



暑くて、湿気が多い異常気象により、だるさ、疲れがぬけない、食事がおいしくない、下痢便秘が続くなど、夏バテで困ってる人が多いです。お気軽にご相談ください。

