

# こんなタイプの方は「瘀血」になりやすい。

瘀血症にもいろいろなタイプがあります。貴方のタイプをみつけて症状にあった薬を服用されることをおすすめします。さらに活血化瘀薬の併用もおすすめします。

## 気血両虚タイプ

疲れやすい  
動くとき息切れしやすい  
汗をかきやすい  
倦怠感  
めまい  
舌質：淡、暗い

## 気虚タイプ

元気がない  
めまい  
息切れ  
倦怠感  
力が抜ける  
汗をかきやすい  
風邪をひきやすい  
食欲不振  
下痢しやすい  
軟便  
舌質：淡 苔が白い

## 血虚タイプ

顔色が黄色っぽくツヤがない、  
或いは蒼白  
動悸  
食欲不振  
健忘  
不眠  
皮膚がカサカサしてツヤがない  
生理不順  
舌質：淡、苔が少ない

## 気滞タイプ

胸、脇部に不快感脹り、  
痛みがある  
腹部膨満感  
ため息が多い  
食欲不振  
いらいらして怒りっぽい  
舌苔が薄い

## 痰湿タイプ

めまい  
悪心  
吐き気  
嗜眠  
胸悶  
食欲がない  
倦怠感  
浮腫  
朝起きる時、痰を吐く  
身体がだるく重い  
便秘、或いは下痢  
舌苔が厚膩

## 陽虚タイプ

倦怠感  
遺精  
汗をかく  
顔面が白く光っている  
息切れ  
寒がる  
身体全体が冷える  
浮腫  
夜間多尿  
小便が出にくい  
舌質：淡白、胖大

## 陰虚タイプ

口や咽が渴き水を飲みたがる  
手足のほてり  
めまい  
耳鳴り  
のぼせ  
寝汗  
腰や膝がだるく力がない  
よく眠れない  
月経は少ない、或いはない  
舌質：紅色か暗紫色、苔が少ない

