

煎じ薬の作り方

用意するもの：鍋・やかん・土瓶など

- 鉄製や銅製のものは不向きです(薬の成分と反応する可能性があるため)
- 耐熱ガラス・ホーロー・ステンレス・アルミ製は使用可能です
- 普段使われている鍋でも問題ありませんが、色やにおいが付くことがあるので気をつけて下さい

薬の煎じ方

「1日1袋」を毎日煎じる

① 煎じる器具に、水600mlと薬1日分を入れます

※ 水道水(浄水した水も可)を使用して下さい。硬水やアルカリイオン水は避けて下さい

② 弱火で水が約半分になるまで煮詰めます。40分が理想的です

※ ふきこぼれ防止のため、フタはしません

※ すぐこげてしまうので弱火～中火でコトコト煮だします

③ 温かいうちに、湯飲みに注いだら出来あがり。下に溜まった生薬は茶こし等で取り、上澄みだけを服用しましょう

煎じた後の液は必ず冷蔵庫で保管して下さい

※ 温めたい場合は、電子レンジで(20-30秒)チンして下さい

煎じる前のお薬保管方法

常温保管です

できるだけ湿気を避け直射日光の当たらない涼しい所に保管して下さい

