2023/05/05 公開

さくらんぼの薬膳的効能と使い方

さくらんぼの旬は５月～７月。
カリウムが豊富でむくみに良いと言われています。
薬膳的には果物として珍しい温性。体を温める作用があります。

○さくらんぼの薬膳的効能

・血を補う
・胃腸を健康にする
・体内に停滞している不要な水をとり除く

○こんな子におススメ

疲れやすい、不眠、動悸、下痢、リウマチ、関節痛。

○調理方法

種を取り、小さく刻んで与える

○注意したい事

肉球が乾燥してカサカサ、ほてりがある、暑がりで口が渇く場合は控える。

記事監修：日本ペット中医学研究会 https://j-pcm.com/
食材を与える場合は体調を考慮しながら与えるようにしてください。