2023/08/21 公開

キウイフルーツの薬膳的効能と使い方

薬膳で『酸甘化陰』といって、酸味と甘味は潤いを生み出します。
キウイフルーツは暑さで潤い不足になりやすい季節にとてもおススメの食材です。

○キウイフルーツの薬膳的効能

・体の熱を冷ます
・潤いを生み出す
・イライラを取り除く
・胃の働きを調整する
・上がった気を降ろす

○こんな子におススメ

口が渇く、消化不良、尿道感染症、しゃっくり、吐き気、イライラしやすい子に。

○調理方法

皮を剥いて、一口大にカットして与える。

○注意したい事

食物繊維が多いので与えすぎると下痢しやすくなるので注意してください。

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。