



2024/10/06 公開

## 梨の薬膳的効能と使い方

梨の旬は品種によって異なりますが、多くは8月下旬から10月上旬だと言えます。甘味とほのかな酸味が特徴の梨。薬膳では『酸甘化陰』と言って、酸味と甘味は潤いを生み出すと考えられています。乾燥の気になる秋にピッタリの果物です。

### ○梨の薬膳的効能

- ・潤いを生み出す
- ・肺を潤す
- ・身体の余分な熱を冷ます
- ・痰を取り除く
- ・咳を止める
- ・肌を蘇らせる
- ・お酒を解毒する

お酒の解毒はワンちゃんネコちゃんにはあまり関係ありませんが、飼い主さんの二日酔いにとても効果的です。

### ○こんな子におすすめ

皮膚や肉球がカサカサ、空咳が出る、コロコロ便で便秘ぎみなど、乾燥を感じる時。

### ○調理方法

1 cmくらいのサイコロ切りにしてご飯にトッピングしてあげましょう。スープや煮込みにしても良いです。

### ○注意したい事

冷えがある場合、下痢をしている場合は控えてください。

記事監修：[日本ペット中医学研究会 https://j-pcm.com/](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。