



2026/10/04 公開

エビの薬膳的効能と使い方

エビの種類により様々ですが、秋から春先にかけてが主な旬。
薬膳では元気を補い、体を温めたい時などに使用されます。

○エビの薬膳的効能

- ・生命エネルギーを補う
- ・体を温める
- ・元気を補う
- ・食欲を増す
- ・母乳の出を良くする

○こんな子におすすめ

寒がり、足腰が弱く冷えやすい、食欲不振、母乳の出が悪い子に。

○調理方法

頭・尾・殻を取り除き、茹でてから一口大にカットして与える。

○注意したい事

アレルギーの有無を確かめ、しっかり火を通し少量ずつ与えるようにする。
皮膚に炎症がある、喘息の子には控える。

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。