

## 皮膚は内臓の鏡

・中医学の理論に『皮膚は内臓の鏡』という言葉があります。皮膚の病は皮膚表面だけの問題ではなく、体の内側の問題があり、内臓などの内側のトラブルが皮膚表面に現れているという理論です。故に皮膚病は体の内側から綺麗にしてあげることが大切です。

・皮膚病では食事指導も重要な点の一つです。人の体は食べたものから作られます。食事の内容が悪いと作られる肌も悪くなります。漢方薬の服用だけではなく、正しい食生活で綺麗な肌を目指すことも大切です。