



お肌ケアの万能クリーム
アルテナチュラル・アルテクリーム

アトピーや湿疹などによる“痒み”は本当につらいものです。だからと言って、つよい薬を使用するのはこわいという方も多いと思います。そんな時には、赤ちゃんやお肌に敏感な方にも安心して使える自然派の「よもぎ商品」をお試ください。ひどい痒みでお悩みの方には「アルテナチュラルまたはアルテクリーム」と「アルテニーニローション」を併用していただくことをおすすめいたします。痒みを抑え肌のかさつきも静めます。アルテニーニローションのメントールがお肌に清涼感を与えます。赤ちゃんから大人まで安心してご使用いただけます。

決め手はカワラヨモギ！！
カワラヨモギ（茵陳蒿）配合クリーム

両クリームともステロイド系の成分をいっさい使っていない自然派クリーム。赤ちゃんやお子様にも安心してご使用いただけます。とてもリピート率の高い商品です。

- 日焼けややけど
- 湿疹・肌あれ
- アトピー対策
- かゆみ止め

水いぼ

あせも

乳児湿疹

おむつかぶれ



アルテナチュラル



アルテクリーム

主婦湿疹

かさかさ肌

虫刺され

ひげ剃りあと



カワラヨモギ（茵陳蒿）

40種以上もあるよもぎの中でも特別に薬効の高い生草が「カワラヨモギ」です。カワラヨモギには発ガン物質やカビの繁殖を抑制する強力な抗カビ成分が含まれており（旧農林水産省発表 1993.12.27 日本経済新聞）これが乾燥肌、肌荒れ、湿疹アトピーの症状等、肌の痒みを抑えて炎症を鎮める役割を果たします。（上記参照）



◎こんな時・あんな時にも◎

- ☆ かゆみ止めに最適。皮膚の乾燥を防ぎ、同時にうるおいを与えます。
- ☆ 湿疹、肌あれ、オムツカブレ、ひび、あかぎれ、水いぼ、アトピー対策に効果的
- ☆ やけど、傷の痛み止め、止血に速効
- ☆ 自然のもので配合した薬用クリームなので赤ちゃんやお肌の敏感な方も安心して使えます。
- ☆ よりナチュラルでノビがいいのは新タイプのよもぎクリーム、アルテナチュラル。

☆アトピーの次男は・・・

我が家の次男は、アトピーのため、いつも軟膏や入浴剤、肌着にも気をつけてきました。しかし、中学で、部活に明け暮れるようになると、パンツのおしり部分に血が滲んでいることがあり気になっていました。その血は汗で痒くなった皮膚をボロボロかいていた跡でした。思春期ゆえ、おしりを見せてはくれないのでアルテナチュラルを自分で塗布するようすすめました。おかげで少しずつパンツの血のしみがなくなりました。

Tさん（千葉県／保健師）

☆もちだ自然育児相談所からの報告

持田 弘子 先生（島根県／もちだ自然育児相談所）

8月はじめ自宅出産のお手伝いをした赤ちゃんですが、1週間位経過した頃、お母さんがつついライスカレーやウニを食べたとかで赤ちゃんの全身に紅斑様の湿疹がでました。アルテクリームを1日3回位塗けてもらい、2日後に訪問しましたら、顔に少し残っている位で躯幹はよくなっていて助かりました。心より感謝申し上げます。

アルテナチュラルとアルテクリームの違い

両クリームともカワラヨモギを使用している同効果の期待できるナチュラルなクリームですが、アルテナチュラルの配合成分は、よりナチュラルなものをコンセプトにしております。

保湿成分としてヒアルロン酸Na、抗菌作用のある自然の生薬丁子（チョウジ）エキスを採用させていただき、使い心地としては「アルテナチュラル」の方が、伸びが良く、さらっとした感じですが。

「アルテクリーム」は多少、「アルテナチュラル」に比べるとベタ付く感じがあるようです。

両クリームとも医薬部外品となっており、お肌の敏感な方にも大丈夫なようにステロイド系の成分を含有しておりませんので安心してお使いいただけます。

さっぱり・しっとりした髪心地よさはシャンプー選びから

リンスは不要です

一般的な市販のシャンプーの洗浄成分は、主として鉱油系の合成界面活性剤を使用しています。この界面活性剤は、主婦湿疹や手荒れの原因となっている合成洗剤などに使用されているものと同じです。その上、殺菌剤・防腐剤、色素、香料など多くの成分が添加されています。これらの刺激の強い添加物は皮膚障害を起こしたり頭皮・毛根に浸透して脂分を取り去り、毛根をもろくし脱毛の原因となります。髪を健康を保つために大切なキューティクルも合成シャンプーで破壊されてしまいます。枝毛・切れ毛髪のパサつきなどもキューティクルの破壊が原因です。

「ルミーズシャンプー」は、天然油脂を原料とする洗浄成分を用いています。

これは、毒性が少なく頭皮・毛髪にやさしい洗浄成分です。

また、髪が理想的な水分量を保つよう、いろいろな保湿成分が配合され、さらに、常に外気にさらされている髪を保護するカワラヨモギが含まれています。



ルミーズシャンプー 300ml

☆ルミーズシャンプーを使い始めた当初、髪がパサつくことがあります。

これはリンスのコーティング剤が洗い流され、傷んだ髪が本来の姿を現すためです。

一時的な現象ですのでこのシャンプーを使い続けるうちに配合されている天然の毛髪保護成分・保湿成分が髪や地肌に浸透し、1～2週間で弾力がある、つややかで美しい健康な髪に戻ってきます。リンスは必要ないので使用しないでください。

◎無着色、無香料、ノンアルコールシャンプー◎

- 枝毛、切れ毛を防いで健康な髪に。
- フケ、カユミ防止成分配合。発毛・育毛に好適、薄毛の解消にも効果的。
- 頭皮の血行をよくして、毛根に栄養を与える。
- つややかな美しい髪が蘇る。

☆出産後抜毛も少なくなり髪もしっとり！

水嶋 弘美 先生（神奈川県）

出産後、抜毛がひどく髪がぱさぱさになって困っていました。山西みな子先生のお薦めでルミーズシャンプーを使った所、抜毛も少なくなり、髪もしっとりして喜んでいます。

かゆみ対策に好適！ 「アルテニーニローション」



メントールが爽快な
全身用ローション

アルテニーニローション 300ml

ひどいかゆみには、天然のよもぎエキスとビワ葉抽出液（保湿剤）を配合した「アルテニーニローション」を併用いただくと、非常に効果的です。ガーゼなどに浸して肌に軽くパッティングしてください。メントールの清涼感が心地よく浸透します。

天然のよもぎエキスと・ビワ葉抽出液（保湿剤）の配合で、湿疹・あせも・肌荒れなど、お肌のトラブルに悩む赤ちゃんからお年寄りまで安心してお使いいただけます。

ガーゼなどにひたして、肌に軽くパッティングしてください。全身に使用できます。

- よもぎエキス・・・アレルギーを引き起こす要因にヒスタミンという物質があります。よもぎに含まれているタンニンはこのヒスタミンの分泌を抑えます。よもぎエキスは肌にうるおいを与え、痒みを抑えます。抗菌作用や止血作用もあります。
- ビワ葉抽出液・・・保湿作用があるので皮膚をなめらかにします。消炎作用もあり、皮膚炎やあせもの外用薬として知られています。

☆強いカユミにアルテニーニローション

茂木 真貴子 先生 (埼玉県/母乳育児コンサルタント・イオ化粧品-療術師)

乳房マッサージに通われていたお母さんが甲状腺機能抗進症になり、薬を内服した所、全身にカユミ、ミミズ腫れ、湿疹が生じ、大変困って私の所(自然育児相談所)に飛んで来られました。
すぐにアルテニーニローションでパッティングし、アルテクリームを塗布した所、カユミがスーッと消えて楽になりました。
強いカユミにはメントール効果もあるアルテニーニローションが一番です。

☆アルテニーニローションで妊婦の掻痒が解決!

仲田 豊実 先生 (鳥取県/仲田助産所)

産科の患者さんで妊娠性と思われる湿疹・掻痒症で困っている方がいました。
皮膚科で受診しても掻痒感が治まらず不眠にまでなっていました。
主治医の許可をもらってアルテニーニローションを綿花に浸して塗布した所、痒みがピタリと止まりました。
仲田助産所では、今迄に三例経験しましたが塗布後も特に副作用もなく、無事出産いたしました。その後湿疹も消失しました。
最近では医師からも声をかけられ、患者さんが希望されると使って居り好評です。
また、ベビーや幼児にもアルテクリームを併用して居られる方が多いようです。



蓬水 150ml



メントールのスーとする清涼感が苦手な方には蓬水を!

蓬水 (ほうすい) <化粧水>

ヨモギエキスのクラスター(水の粒子)をきめ細かくしているので、皮膚にすばやく浸透していき細胞の新陳代謝を活発にし、自然治癒力を高めます。無着色・ノンオイル・ノンアルコールで乾燥肌、肌荒れ、オムツカブレ、髭剃りあと、紫外線による炎症などに効果的です。
また、毎日のお化粧の下地におすすめです。お肌のデリケートな方には、特に重宝されています。

毎日使用するものだから・・・自然で安心でき、殺菌効に優れている石鹸です

◇よもぎ石鹸(アルテソープ)には『色素・エドト塩酸・パラベン』『炭酸塩』は使用しておりません◇



よもぎ石鹸 (90g)

弊社のよもぎ抽出液は厳選したよもぎの種を活用し、栽培から抽出・検査に至るまで厳しい品質管理のもとに、高度な技術とノウハウにて価値あるエキスを利用しています。依って、消炎・細胞賦活・肉芽形成作用が高く、殺菌効果が抜群で湿疹・火傷・虫さされ・水虫など皮膚障害に大変効果的です。
『炭酸塩』を使用しておりませんので、手洗いはもちろん木綿・麻・ウール・シルク・合成繊維まで幅広く洗うことができます。
皮膚の弱い方の肌着洗いや、台所でのフキン洗いにも安心です。
保育園・病院・助産院・学校給食場・などでも使用が増えています。

☆有害のものを含まないのにお子様の肌にも安全です。
☆凝固剤・着色剤は使用しておりません。

⚠️ 浴用石鹸添加剤の有害性の明らかなもの ⚠️

- ※色素・・・アゾ色素・キサンチン色素、総称してタール色素は多くのものには、発癌性が報告されている。また、アレルギー反応を起こし黒皮症の原因。
- ※エドト塩酸(変質防止剤、保存剤)・・・皮膚・粘膜に刺激、喘息・皮膚発疹などのアレルギーを起こす。摂取されるカルシウムの欠乏症となり、血圧降下・腎臓障害を起こす。
- ※パラベン(殺菌・防黴、保存剤)・・・含有量が多いと、人により接触皮膚炎を起こすことがある。

☆弊社のよもぎ石鹸はこれらは使用しておりません。
☆お子様にも安心してご利用いただけます。

◇母乳育児の現場では・・・◇

☆よもぎ化粧石鹸は赤ちゃんの湿疹、アトピー用に!

古賀 詳子 先生 (福岡県/古賀助産所)

よもぎ化粧石鹸は赤ちゃんの湿疹、アトピー用に使っています。カユミ止めにも良く、飛び火が良くなったとか、湿疹がひどくならないですんだなどの報告も受けています。

☆自然で丈夫な子どもに育てる気構えが第一！

柳澤 薫 先生（東京都／ビバ・マンマ）

O-157 と自然育児は直接関係ないように思われますが、普段からの丈夫な体質づくりがいかに大切かを考えさせられる出来事でもありました。予防とは日常の気構えだと思います。“毎日手洗いを励行する”こんな小さな気構えがO-157の予防にもつながっているのではないのでしょうか。自然で丈夫な良い子に育てようというお母様方の気構えが、O-157に負けない体質を創り出すともいえます。私はこうした気構えという観点から、除菌効果もあり肌荒れしないよもぎ化粧石鹸で手洗いをすることを提唱いたしております。同時に赤ちゃんの健康管理ということから、沐浴の時には自然のよもぎ化粧石鹸を使っています。

☆乳児湿疹にいいです

片岡 啓子 先生（長野県／片岡母乳育児相談所）

ステロイド系のものが入っていないので、お母さんも安心して使ってもらっています。

カワラヨモギエキス配合のアルテボディ ＜ボディソープ＞

お肌に優しいだけでなく、洗浄効果も優れた全身用ボディソープ。

よもぎは薬効が非常に高いカワラヨモギを使用。

お肌の敏感な方におすすめです。

さっぱりとした洗いあがりを実現。

使用後のお肌のつっぱり感を解消します。

★ポイント★「お肌にやさしい」+「すぐれた洗浄効果」

保湿効果の高いカワラヨモギエキス & 抗炎症作用に優れた甘草エキス配合

カワラヨモギエキス配合のボディソープは、お肌の敏感な方におすすめです。さっぱりとした洗いあがりを実現し、使用後のお肌のつっぱり感を解消します。

彼の太ももにあるアトピーが気になり、アルテボディを購入しました。最近はお腹にもアトピーが湧いてきたので、心配していましたが、アルテボディを使い始めて2日目、痒みがおさまってきたので、びっくり!! ナチュラルな使用感も気に入り、今は私も一緒に使っています。

Point

早速、新商品のボディソープを試してみたのですが、とっってもいい香りで、しかも全然つっぱりませんね、注文してみて良かったです、たいへん気に入りました!!

【カワラヨモギエキス】

抗炎症、抗菌作用があり肌の感染を予防。皮膚のかゆみを抑えるのに効果的。

【甘草エキス】

4000年前から生薬として使用されており、この甘草の根から抽出されるグリチルリチン酸ジカリウムには、優れた抗炎症効果があり、臨床実験でもその効果が認められています。抗炎症作用、抗ヒスタミン、抗アレルギー、解毒作用があり皮膚炎に対して有効です。



アルテボディ 800ml
アルテボディ 詰替用 700ml

＜こんな症状の方に特におすすめです＞

敏感肌、乾燥肌、アトピー、ニキビ、ひび、あかぎれ、冷え性、肩のこり、神経痛、腰痛、湿疹、痔、あせも、疲労、リウマチ、荒れ性（ひじ・かかと等）

よもぎ入浴剤「よもぎの湯」

4種類の生薬を使った「よもぎ入浴剤」は

薬効成分が皮膚を通じて全身に広がり、老廃物の排出を促進して疲労回復に役立ちます。

よもぎに含まれる精油には温熱効果もあり、湯ごめしにくくなります。冷え性の方にもお勧めです。

お肌をやさしくケアする4種の生薬があせもや肌アレを抑えます。

さらに、風邪の予防や鼻づまりにも効果があることがわかっております。

よもぎ風呂・ヒノキ風呂・しょうが風呂・ミカン風呂。これらはすべて日本人が昔からなじんできたお風呂の楽しみ方です。

その4種のお風呂の「いいところ」を凝縮したのがよもぎ入浴剤「よもぎの湯」。

ヒノキやよもぎのほのかな自然の香りにはアロマテラピー効果があります。

心身ともにリラックスでき、お風呂のお湯がやわらかくなり、ちょっとした温泉気分を楽しめます。

赤ちゃんからお年寄りまで家族全員でお楽しみいただけます。



【よもぎ入浴剤 10回分】
よもぎ入浴剤は保温効果があり、血の巡りをよくします。お風呂上りもぼかぼかです。



【よもぎ入浴剤お徳用 32回分】
通常品 (3パック) より
100円安く、さらに2回分増量!

●よもぎ入浴剤に入っている 4 生薬●

<p>【よもぎ】は保湿作用が大変強く、冷え症や肩こり、神経痛によく効きます。また、炎症を鎮める作用もあるので、あせも、湿疹などの皮膚疾患にも効果的です。抹消血管を拡張させ、血液の循環を良くし、お肌を清潔で健康な状態に整える修復作用があるクロロフィルがたっぷり詰まっているよもぎならではの薬効といえるでしょう。</p>	<p>【ヒノキ油】などから得られる成分のヒノキチオールには抗菌作用や体の炎症をとる消炎作用があり、カユミに効果的です。その香りにはアロマテラピー効果があり、また神経を鎮静化し脂肪の分解に効果があるといわれています。</p>
<p>【しょうが】身体をぽかぽかと温め発汗作用を促進し、血行不良を改善される効果があります。その香りには鎮静作用もあるといわれています。</p>	<p>【みかん(チンピ)】血行促進効果があり、体を温めるので湯冷めしません。また筋肉疲労の改善効果や肌の角質取り、黒ずみを防ぐともいわれています。</p>

☆乾燥肌のカユミが楽になりました 茂木 真貴子 先生 (埼玉県/母乳育児コンサルタント・イホヘルミ療術師)

よもぎの湯を使っています。先ずお湯がやわらかい感じになり温泉のようでもリラックスできました。冬の乾燥肌のカユミもとても楽になりました。アトピー性皮膚炎の患者さんにもすすめています、私と同じような感想をもたれています。これからも使用を続けて夏のアセモ対策にも試してみたいと思っています。

よもぎ茶分包は、ノンカフェイン、100% 国産よもぎ使用!

産前・産後のお母様方の体調管理、栄養補給の手助けに数多くの助産院で飲用されている健康茶です。心をこめて丹念に製造した、“まろやかな”なのごしのよもぎ茶です。よもぎ茶の風味豊かな味と香りを、お子様からお年寄の方までご家族中皆さんでお楽しみいただけます。美味しく飲んで、体の中からも「健康」に!

よもぎ茶は、胃腸の弱い方、高血圧、冷え性、神経痛、ぜんそく、腹痛、胸やけ、下痢、便秘、血尿、痔にお悩みの方に効果的です。また、食欲増進、胆汁分泌促進などにも効果があるといわれています。さらに日常とりにくい栄養素がたっぷり含まれていますので、野菜不足の方にもおすすめです。

☆☆

<3つのバランスが人気の秘密!>

弊社のよもぎ茶はその「栄養素」「薬効」「飲みやすさ」の三拍子がそろっています。

<医療機関での使用実績!>

自然育児を推奨する助産院・産婦人科などの医療機関でもご使用いただいております。
・妊娠中毒症の妊婦さん<浮腫、尿蛋白、血圧の改善>・冷え体質改善・お乳の出過ぎの方の改善 etc・・

☆☆



よもぎ茶分包 30パック入 (右)
よもぎ茶お徳用 50パック入 (左)

☆よもぎに含まれる各種成分の効果・効能☆

<p>【鉄】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・病気に対する抵抗力をつける ・疲労を防ぐ ・鉄分不足による貧血の防止 ・皮膚の血色をよくする 	<p>【クロロフィル】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・浄血・造血作用により、自然治癒力を高める ・解毒、殺菌、抗アレルギー、抗ガン作用 ・血圧やコレステロール抑制作用 ・新陳代謝促進作用 	<p>【食物繊維】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・排便をスムーズにし、便秘を予防 ・腸内の善玉菌を増やしコレステロールや血糖値を抑制する
<p>【カロチン】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・細菌などによる感染に対する抵抗力を高める ・活性酸素、過酸化脂質を除去し、老化を防ぐ助けをする 	<p>【カリウム】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・血圧を下げる助けをする ・利尿作用 ・疲労感・脱力感をふせぐ 	<p>【カルシウム】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リンとともに骨や歯を強くし、骨粗しょう症の防止 ・筋肉の収縮・弛緩の制御し、心臓の規則的な鼓動を保つ ・イライラの解消 ・免疫作用、ホルモン分泌の調整
<p>【ナトリウム】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・カリウムと関係し、神経と筋肉が正常に機能するのを助ける ・ミネラル分が血液に溶け込むのを助ける ・炭水化物の消化促進 ・日射病の防止、神経痛の改善 	<p>【精油成分】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・胆汁分泌の促進 ・健胃作用 ・温熱効果 ・気管支拡張作用 ・鎮静作用 ・抗炎症作用 	<p>【リン】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・カルシウムとともに骨や歯を強くし、骨粗しょう症の防止、丈夫な骨や歯をつくる ・心臓・腎臓が正常に機能するために重要な役割を果たす ・筋肉・神経の機能を正常に保つ

☆よもぎ茶で妊娠中毒症の妊婦さんが正常になった

川手 幸子 先生（長野県／幸助産院）

よもぎは多年草（キク科）の草で、昔からさかんに行われた摘み草を懐かしむことが多いと思います。私の住んでいる駒ヶ根市にも沢山のよもぎが芽えます。

春一番のよもぎを摘んで、草餅にして食べます。あの美しい青（緑）色の餅を食べると元気が出ます。

今回、幸助産院でよもぎ茶分包を使って、前期妊娠中毒症の妊婦さんを約1カ月間で正常にもどしたというみごとな効果の一例を紹介致します。

◎ポイント ①浮腫（むくみ）の経過 ②尿蛋白の経過 ③血圧の経過

妊娠6カ月（8/1）にむくみが急に出ていました。尿蛋白も（+）となり、血圧は84/50とかなりの低血圧です。

おそらく、身体全体がかなり冷え血流が悪くなっていると推測致します。そこでその日より、よもぎ茶の飲用を指導しました。

その後1ヶ月、8/31（7カ月）の時は血圧も96/64 むくみは消え（-）となっています。尿蛋白のみ（+）でした。

9/30（8カ月）の時は、むくみ（±）、尿蛋白（-）、血圧98/50とほとんど正常に近い値でした。しかし、よもぎ茶を少し休んだとのことでしたので、夏に続けるよう指導致しました。その後みごとにむくみは改善されています。

血圧も84/50 → 108/58 とかなり上昇して落ち着いていました。おそらく、身体の冷えが改善した為、血流が良くなったのだと思われます。よもぎ茶のすばらしい効果のあらわれと思います。

☆アレルギー性鼻炎が改善された

大沢 智恵 さん（長野県／幸助産院 看護婦）

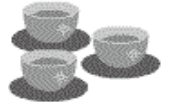
6才になる娘が、4才の春頃からアレルギー性鼻炎、目のかゆみ、くしゃみとつらい毎日でしたが医者にも行かず食事にだけ気をつけ自然にしていました。今年の春、いつもの様な症状が出たのでよもぎ茶を飲用してみました。3週間位してから鼻汁と目の痒みがだいぶ軽減し、夜も寝つけずいびきをかいていたのが急にならないう程になりました。1ヶ月たつ頃にはマスクをしていたのものとれ精神的にも落ち着きました。

9才の二男もある日突然両手のひらの皮がむけ始め、痒みと痛みも伴いアルテクリームを使い始めました。夜はクリームを湿布し手袋をして寝ました。痒みはすぐにとれ1ヶ月で手のひらの指紋もない位でしたがきれになりました。よもぎ茶もアルテクリームも副作用がなくお茶も飲みやすく、クリームもさらっとして臭いもなく使いやすく家族で愛用しています。

☆よもぎ茶で血圧が下がったと喜んでいただいた

国橋 田鶴子 先生（神奈川県／国橋助産所）

近所の老人会の方からよもぎ茶を飲んで血圧が下がったと大変喜んでいただきました。



☆妊婦さんから赤ちゃんまで・・・

武田 誠子 先生（埼玉県／助産院未来）

助産院未来では、よもぎ茶は甘いものを食べたあとなどの蛋白尿がでる妊婦さんにお勧めしています。

また、黄疸が出てきた赤ちゃんに白湯ではなくよもぎ茶をあげると良いです。退院後もよもぎ茶だけを買ってくる方もいらっしゃいます。

☆よもぎ茶で排尿がスムーズに

柳沢 薫 先生（東京都／ビバマンマ）

ある日、突然排尿時に痛みが出現した時、「これはおかしい、もしや膀胱炎では？」と思いました。なぜなら、私は20代と30代にそれぞれ大変ひどい膀胱炎を経験していたからです。膀胱炎が進行した時の症状は、頻回のトイレ通いに加えて、ついには血尿をしばりだすように出さねばならない大変つらいものです。そのことが脳裏に浮かんだ私は、「これは早期に治さなければ、またあのつらさがある。」と思いました。

まず、大腿部内側・仙骨部・腹部、そして下肢全体をていねいにイトオテルミー療法を行った後、すぐによもぎ茶を飲みました。以前よもぎ茶を飲んだ時、排尿効果があったことを思い出したからです。

しかし、2～3回落ち着いたのですが、やはり時々排尿時に痛みが繰り返したので、念のためと思い尿試験をテストで調べたところ、ハッキリと膀胱炎（替血反応等）の反応が出てしまいました。その為、抗生剤を処方してもらい内服しましたが、よもぎ茶は飲み続けました。すると、抗生剤内服後1日目で、すでに膀胱炎の症状はとれました。本来は、1日3回、5日分はしっかりと内服しなければならないはずなのに、私は1日2回のみで、全部で4回で止めました。よもぎ茶で排尿がスムーズになっていることが私には感じられたからです。しかし、抗生剤の内服が減らせたのは、あくまで私のケースです。本来は、あまり内服しなかつた薬が少なめで済み、再発もしなかつたことは、早めによもぎ茶を飲み、排尿を頻回にしていたことやイトオテルミーの併用といったことが、症状を早期に改善したことだと思っています。よもぎ茶には感謝しています。