

子供が急に熱を出した！



子供が発熱しやすい理由と対処法



発熱する理由は、

病気を排除するため。

発

熱

「リンゴが赤くなれば、医者が青くなる」

林檎は体内の余分な熱をさめます。

興奮を鎮め、潤いを生み、弱った胃腸の働きを整え、食欲を回復させたり、心の働きを調節して、不安や焦りを和らげたりする力もあるとされていて、かなり万能な果物です。

高熱時の清熱、潤い補給、食欲不振、喉の乾き、寝汗などに効果があります。

【りんごの葛練り】

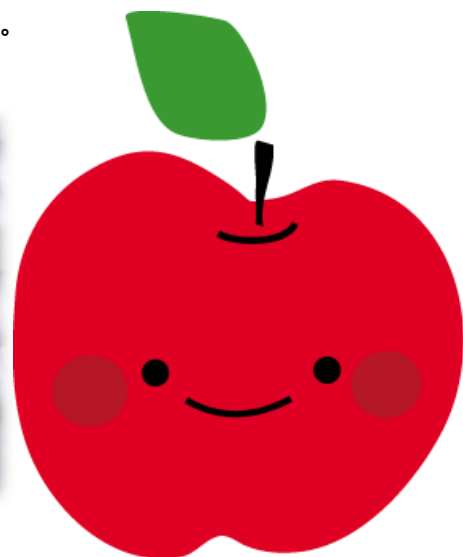
<材料>

りんご 1個

本葛粉 大さじ 1.5

水(葛溶き用) 大さじ 3

水(煮る用) 50cc



•りんごは 8 つ割りで皮をむきます(無農薬なら皮ごとでもOK)

芯を取りのぞき、塩水にしたした後、小口に切ります。

•くず粉は水で溶いておきます。

•鍋にりんごと水を入れ、ふたをして蒸し煮にします。

•りんごが透明になったら、くずを加えて、りんごに絡むように混ぜあわせます。