

からだを温める食べ物と冷やす食べ物

表町薬局

〒285-0811 千葉県佐倉市表町3-19-7

☎ 043-483-2377 (10:00~17:30 日曜祝祭日定休)

温 平熱を上げやすくする食べ物 (+2.0)



温 平熱を上げやすくする食べ物 (+1.5)



温 平熱を上げやすくする食べ物 (+1.0)



温 平熱を上げやすくする食べ物 (+0.5)



平熱に影響しない食べ物



平熱36.5°Cより低い方は低体温です。食事に注意しましょう。

冷 平熱を下げやすくする食べ物 (-0.5)



冷 平熱を下げやすくする食べ物 (-1.0)



冷 平熱を下げやすくする食べ物 (-1.5)



冷 平熱を下げやすくする食べ物 (-2.0)

