

2011'	気温湿度	漢方薬	外用薬(バブブプリキトマ太紫五D) 炎症部	症状	目薬	便	kg	amp	mg	気分	運動	整体	入浴	備考	食事(卵肉乳動物油n6油刺激物糖豆乳LGG茶GS緑豆鳩麦青汁フコイダンコラーゲン)	各種治療	睡眠	空調
7	26 T	23 30 66	白3六3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 足発疹痒痒 水羊羹 レモン饅頭 蕨餅 水晩柑 水あみみつ愛玉子 豆乳焼きドーナツ 粉緑茶			
27	W	23 30 62	白3六3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 足発疹痒痒 粉緑茶 豆乳ドーナツ			
28	T	23 31 62	白3六3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 足発疹痒痒 団子 豆乳焼きドーナツ 鳩麦青汁 粉緑茶			
29	F	22 30 62	電3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 水羊羹 おはぎ 鳩麦青汁豆乳 粉緑茶			
30	S	22 28 62	電3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 水羊羹 あずきバー 鳩麦青汁豆乳 粉緑茶 レンズ豆			
寒	31 S	22 23 88	電1白2越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 水羊羹 鳩麦青汁 粉緑茶 鳩麦緑豆小豆胡麻麦飯 GS青梗菜 22-9①			
8	1 M	21 27 88	白3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒痛赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 水羊羹 水饅頭 キンビスペー 1才えびせん 野菜ポロ 小豆胡麻麦飯 豆乳 粉緑茶 レンズ豆 0-8⑧			
2	T	23 28 88	白3越3抑1越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒痛赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 1才えびせん ブリッツ 若草 野菜ポロ 豆乳焼きドーナツ ALLパインあずき 卵チャプチェ 豆乳 粉緑茶 2-8⑥			
3	W	23 29 88	白3越3抑1越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 1才えびせん 若草 バリチップ 野菜ポロ ALLパインあずき 卵チャプチェ 豆乳 粉緑茶 0-4④5-10⑤			
4	T	24 29 68	白3越3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 1才えびせん 水羊羹 あずきバー 若草 野菜ポロ 鳩麦青汁豆乳 粉緑茶 アイス⑧ 3-8⑤ だるい 胃痛重			
5	F	24 30 68	白3越3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 水羊羹 鳩麦青汁豆乳 粉緑茶 緑豆小豆麦飯 アイス⑧ 0-10⑩10-15⑩			
6	S	25 33 68	越3越3抑1	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 水羊羹 団子 マンゴアイス⑧ 粉緑茶 6-11⑤			
7	S	25 33 68	越3白3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 水羊羹 団子 おはぎ ところてん 粉緑茶 鳩麦緑豆小豆胡麻麦飯 6-11⑤			
8	M	23 36 68	越3白3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 ところてん 鳩麦青汁豆乳 金時豆 LGG アイス⑧ 8-13⑬17-20⑬			
9	T	23 35 68	越3白3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 水羊羹 最中 豆乳 粉緑茶 金時豆 豆乳LGG 4-10⑥			
10	W	25 37 60	越3白3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 水羊羹 最中 ラスククリーム⑥ 粉緑茶 金時豆 アイス⑧ 6-8⑧10-13⑧			
11	T	26 35 60	越3白3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 水羊羹 揚げ煎餅 粉緑茶 金時豆 ひじき ②皮がごめ浅漬 アイス⑧ 5-8⑧9-17⑧			
12	F	25 36 60	越3白3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒痛赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 水羊羹 揚げ煎餅 ところてん 金時豆 ひじき ②皮がごめ浅漬 5-13⑬14-20⑬			
13	S	26 34 60	越3白3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒痛赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 膝裏傷痛 煎餅 ところてん ②皮がごめ浅漬 6-12⑬12-20⑬			
14	S	25 37 60	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒痛赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 膝裏傷痛 はったい粉⑧ ひじき⑧ 水② ドライ② 鳩麦胡麻玄米 4-8④9-14④			
15	M	23 33 60	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒痛赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 膝裏傷痛 はったい粉⑧ アイス⑧ サラダ はったい粉⑧ 鳩麦胡麻玄米 冷汁粉 8-14⑬15-20⑬			
16	T	25 36 60	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 ②アイス 鳩麦胡麻玄米 10-17⑰17-22⑰			
17	W	26 36 60	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 水羊羹 煎餅 えび煎餅 ②アイス はったい粉⑧ ②②スムージー 鳩麦胡麻玄米 金時豆 ひじき 冷汁粉			
18	T	26 36 60	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 水羊羹 煎餅 トマトスナック ②②アイス 葡萄豆乳LGG 鳩麦胡麻玄米 2-8⑥			
19	F	26 28 80	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 2-8⑥15-21⑥			
20	S	20 25 70	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 ライチゼリー ゴーヤチャンプル 全粒粉パスタ 4-8④18-21④			
21	S	20 21 94	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 ライチゼリー 全粒粉パスタ 春雨サラダ 4-8④18-20④			
22	M	19 23 94	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 ②おから糠焼きドーナツ 春雨サラダ 3-8⑤17-18⑰20-24④			
23	T	22 25 68	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 スシロー ミッド ②おから糠焼きドーナツ 春雨サラダ 4-10⑥			
24	W	22 28 68	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 水羊羹 素焼アーモンド ドライチヂク ②おから糠焼きドーナツ 4-10⑥			
25	T	22 28 68	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 煎餅 あんころもち ミッド 素焼アーモンド ドライチヂク 春雨サラダ 0-8⑧			
26	F	22 25 68	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 煎餅 水羊羹 はったい粉⑧ 鳩麦胡麻玄米 豆腐酒粕味噌ケーキ 春雨サラダ 0-8⑧			
27	S	23 25 68	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 煎餅 杏大福 総菜菓子② はったい粉⑧ 鳩麦胡麻玄米 豆腐酒粕味噌ケーキ 春雨サラダ 2-8⑥			
28	S	21 30 68	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒痛赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 おからドーナツソフト GODIVAアイスははったい粉⑧ 鳩麦胡麻玄米 豆腐酒粕味噌ケーキ 2-8⑥			
29	M	21 30 68	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒痛赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 ブラックサンダーアイス PINO PARUM はったい粉⑧ 鳩麦胡麻玄米 豆腐酒粕味噌ケーキ 2-8⑥			
30	T	21 30 68	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒痛赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 フラックサンダーアイス ミッド はったい粉⑧ 鳩麦胡麻玄米 豆腐酒粕味噌ケーキ 6-14⑧			
31	W	22 29 68	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒痛赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 腿傷痛 ミルキー はったい粉⑧ 鳩麦胡麻玄米海苔 豆腐酒粕味噌ケーキ 22-8⑧9-15⑧			
9	1 T	24 30 88	白3越3抑1	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒痛赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 チョコペン ②もずく全粒粉パスタ⑤ はったい粉⑧ 鳩麦胡麻玄米海苔 糖胡瓜 ゴーヤ漬 22-11⑪			
2	F	25 31 88	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	頭顔赤荒 胸腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 鳩麦胡麻玄米海苔 糖胡瓜 ゴーヤおくら大根もずく酢漬 8-16⑧			
3	S	22 30 88	白2越2	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	顔赤痒 腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 ラムネパイン チョコべい ミルキーソフト 鳩麦胡麻玄米海苔 糖胡瓜 ゴーヤおくら大根もずく酢漬 18-20⑲			
4	S	22 30 88	白3越3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	顔赤痒 腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 鳩麦胡麻玄米海苔 糖胡瓜 ゴーヤおくら大根もずく酢漬 豆腐酒粕味噌ケーキ 春雨 素焼アーモンド			
5	M	22 25 88	白3越3越3	頭顔首指甲首脇腕肘肩胸腹背腰尻股脚腿膝首	肩痒一赤	—	—	—	—	—	—	—	—	シ	顔赤痒 腕肩赤痒痒 手足痒痒 右耳水膨 ミルキー 鳩麦胡麻玄米海苔 ゴーヤおくら大根もずく酢漬 豆腐酒粕味噌ケーキ 15-20⑲12-15⑲			

●生理 ●花粉 ●乾燥 ●抗アレルギー薬(アレ1レミ1) ①:大散歩2km40分 ②:サイクリングkm ③:ウォーキングkm ④:マッサージ⑤:整体 ⑥:風呂 シ:シャワー ⑦:温泉 ⑧:チンパン ⑨:パン LGG:タカナシLGGオーグルト

<p><b>漢方薬使用量</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 電阻瀉肝湯(木通5 車前子3 沢瀉3 竜胆1 当帰5 甘草1)7包使用(51包残) → 下半身熱痒解消 → 臭ベタ汗 乾燥</li> <li>● 煎じ薬α(葱苡仁20 石膏60 紫根10 竜骨10 蒲公英10 牡蠣10)(残あり)</li> <li>● 涼血清毒煎粒(山梔子0.75 大黃2 黄ごん3 牡丹皮3 赤芍2 地黃3)(なし) → 赤み解消</li> <li>● 越婢加朮湯(石膏8 生姜1 蒼朮4 麻黄6 大棗3 甘草2)27包使用(16包残) 熱身体赤 → 使用止</li> <li>● 白虎加人参湯(石膏15 硬水8 知母5 人参1.5 甘草2)93包使用(15包残) → 保湿 熱痒解消 → 顔汁</li> <li>● 六味丸(牡丹皮3 沢瀉3 地黃5 山藥3 山茱萸3 茯苓3)9包使用(89包残) → 保湿 下半身熱痒解消 → 足発疹使用止</li> <li>● 乙字湯(柴胡5 黄ごん3 升麻1 大黃0.5 当帰6 甘草2)(なし)</li> <li>● 加味逍遙散(柴胡3 山梔子2 薄荷1 牡丹皮2 芍薬3 蒼朮3 生姜1 当帰3 甘草1.5 茯苓3)(なし)</li> <li>● 茵陳五苓散(茵陳蒿4 沢瀉6 桂皮2.5 蒼朮4.5 茯苓4.5 猪苓4.5)(なし) → 尿量増むみ解消 → 乾燥 乾燥</li> <li>● 百濟瀉(百合根 北沙参 玉竹)(残あり) → 保湿</li> <li>● 抑肝散(柴胡2 釣藤鈎3 茯苓4 蒼朮4 当帰3 川芎3 甘草1.5)4包使用(22包残) → イライラ抑制</li> <li>● 滋陰降火湯(黄柏1.5 麦門冬2.5 天門冬2.5 知母1.5 芍薬2.5 地黃2.5 陳皮2.5 当帰2.5 白朮3 甘草1.5)93包使用(3包残)★</li> <li>● 桂枝加竜骨牡蠣湯(竜骨3 芍薬4 大棗4 桂皮4 生姜1.5 甘草2 牡蠣3)(6包残)★ → 鬱思考 不安眠</li> <li>● 当帰芍薬散(芍薬3 地黃4 茯苓1.5 防風3 当帰5 川芎3 黄耆1.5 何首烏2 梨子3 甘草1.5)(45包残) → 乾皮解消 → 手熱痒</li> <li>● 葛根湯(葛根8 芍薬3 大棗4 麻黄4 桂皮3 生姜1 甘草2)(なし)</li> <li>● 小青竜湯(芍薬3 半夏6 乾姜3 桂皮3 五味子3 細辛3 麻黄3 甘草3)(5包残)</li> <li>● 柴胡清肝湯(柴胡2.0 黄ごん1.5 黄柏1.5 黄連1.5 瓜楼根1.5 山梔子1.5 芍薬1.5 薄荷1.5 連翹1.5 牛蒡子1.5g 地黃1.5 川芎1.5 当帰1.5 甘草1.5 桔梗1.5) 熱を持ち赤黒くストレスで悪化する(80包残) → 顔腫れひどくなる使用中 中止</li> </ul>	<p><b>外用薬使用量</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● バタノール点眼薬0.1% (1本残)</li> <li>● プロドメック軟膏(2本半残)</li> <li>● リドメックス軟膏0.3%III (2本半10g残)</li> <li>● プロトピック軟膏 (2本残) → ムーンフェイス使用止</li> <li>● キンダベート軟膏 (2本10g残)</li> <li>● メサデルム軟膏I:プロト1 (50g残)</li> <li>● マイザー軟膏IV1:プロト1 5g使用(40g+1本5g残)</li> <li>● トプシム軟膏IV1:プロト1 (15g残)</li> <li>● プロトセディル軟膏I (3本残)</li> <li>● ヒルドイドソフト軟膏8本200g使用(2本50g残)★</li> <li>● ヒルドイドローション(なし)</li> <li>● ビンフアンローション5本250g使用(1本50ml残)★</li> <li>● プロト100g使用(なし)★</li> <li>● 太乙膏(大黃1 芍薬1 玄参1 当帰1 地黃1 桂皮1 白芷1 胡麻油 蜜蝋) → 傷 肉芽形成 → 乾燥 肥厚</li> <li>● 五行草五涼薬ローション(馬齒莧 銀花 野菊花 蒲公英 紫花地丁 龍葵 ビンフアン) DHCハロコローション) → むくみ 赤み → 乾燥</li> <li>● 紫根油(紫根 胡麻油) → 乾皮 あかぎれ → 顔汁</li> <li>● DHCハロコローション&amp;ジェル&amp;エッセンス&amp;クリーム → 線維芽細胞を増やして変性したコラーゲン再生</li> </ul>
<p><b>内服薬残量</b></p> <p><b>服用中サプリメント</b></p> <p>昼 夜</p> <p><b>使用中化粧品類</b></p> <p>グリーンスムージー</p>	<p>ペンタサ500(2錠2回 8錠使用 180錠45日分残★) ビオフェルミン(3錠2回 129錠使用 138錠23日分残★) アレロック(68錠使用 30錠残★) レミカト(66錠使用 40錠残★) エバステル(1錠残) セディール(40錠残)</p> <p>DHCチミネラル, DHCマルチビタミン, DHC.V.βミックス(V.B1 40mg, V.B2 30mg, V.B6 30mg, V.B12 20μg), DHC珊瑚Cl(3粒300mg), カルピスL92乳酸菌アレルギー Thompson.V.B12(1000μg), Nature's Way.V.A(10000IU=3000μg), Swansonオチオン(2粒10mg), DHCEPA(3粒318mg), DHC足船(15mg), ロッチコラーゲン10000mg+ピタミンC100mg</p> <p>歯磨粉:アセス入浴剤:未使用 洗淨剤:シャンプー:CA化粧品ペーシックワグダー ヘアトリートメント:ナチュラリ海藻&amp;ハーブエッセンス 殺菌剤:未使用 保湿剤:DHCトコローション&amp;ジェル&amp;エッセンス&amp;クリーム ファンデーション, テーク:未使用 日焼け止め:未使用</p> <p>①:バナナ ②:林檎 ③:梅 ④:梨 ⑤:桃 ⑥:さくらんぼ ⑦:びわ ⑧:プルーン ⑨:杏 ⑩:アーモンド ⑪:梅 ⑫:キウイ ⑬:メロン ⑭:スイカ ⑮:バナナ ⑯:マンゴ ⑰:柿 ⑱:ブルーベリー ⑲:アボカド ⑳:オレンジ ㉑:グレープフルーツ ㉒:蜜柑 ㉓:檸檬 ㉔:柚子</p>