

各位親愛的學員們，冠狀病毒肆虐，疫情嚴峻期間，為了方便所有的學員的學習不受疫情影響而停滯，因而本蒙特梭利基金會特安排線上課程。

縱然是線上課程，不管您是正在上本會的0-3歲、3-6歲課程或已經結業，本會也是希望各位學員能夠多注意自己的防疫準備及家人的健康，下列配方是本基金會董事會的醫學顧問提供給我們的三種防疫飲料及抗疫藥方，可日常飲用，也可以輕症時使用，很有效請大家斟酌參考使用：

一、防疫飲料：檸檬切薄片加熱綠茶，常飲用可防疫。

二、防疫飲料：乾薑+甘草泡熱開水(煮沸更好)，常飲用可防疫。

三、防疫特效：蒜頭去皮切碎+鹽水，常飲用可防疫，輕症可不藥而癒。

四、防疫配方：清冠一號(自找藥房配很便宜)，檢測為陽性者可飲用，治癒者眾。

以上為蒙特梭利基金會醫學顧問群提供本會學員及社會大眾們防疫之參考使用。還是再次強調一定要戴好口罩 感恩！

財團法人 蒙特梭利啟蒙研究基金會 董事會  
執行長率教務部 2022-05-20 敬知參酌。

十分感恩花蓮慈院中醫部 何宗融副院長大德提供，照著《清冠一號方子》到中藥店抓藥就成了。

防疫配方：清冠一號：

黃芩 5 錢、魚腥草 5 錢、枳實 5 錢、北板藍根 5 錢、厚朴 3 錢、薄荷 3 錢、荊芥 3 錢、桑葉 3 錢、防風 2 錢、炙甘草 2 錢。一帖 100 元~用 10 碗水煮成 5-6 碗飲用。

平常用的《防疫茶》：

麥門冬 2 錢，魚腥草 2 錢，甘草 1 錢，桔根 2 錢，菊花 1.5 錢，後放紫蘇葉 1 錢，後放煮前以 800cc 水浸泡 30 分鐘 後再煮滾 5 分鐘後，再加入紫蘇葉續煮 5 分鐘 悶一下就可喝了。保肺健身 大約新台幣 25 元左右。