

---

当メールは2009年の保険除外反対署名、もしくは  
当会のWebサイトで登録された方に配信しています。

---

{COL1}様

こんにちは、日本臨床漢方医会です。  
暑い日が続きますが、お元気にお過ごしでしょうか？

当会では、漢方や漢方的考えを取り入れることで、  
健康を保てるお手伝いができればと願っています。

一般の方にも役立つ漢方関連情報を載せましたので、  
よろしければ最後までご覧下さい♪

++···· INDEX ·····++

【1】漢方からみた秋の過ごし方・秋は乾燥に注意

【2】子どもと大人のからだの違い

【3】漢方用語：四診(ししん)について

◆ 編集後記

---

【1】漢方からみた秋の過ごし方・秋は乾燥に注意

---

今年は夏になる前から真夏日になったり、急に冷え込んだりと  
気温の乱高下で体調を崩す方が多いようですが、

8月から10月にかけて全国的に高い気温が続く  
予想であるため、秋の訪れが遅く、弱った身体に  
さらに追い打ちがかかることになりそうです。

さて、秋は乾燥の時期であり、冬に向けて体力を貯め  
体を整える時期でもあります。

気温の急激な変化に続き、暑く長い夏で弱った体が  
乾燥していくと、五行では、“肺”“大腸”“鼻”“皮膚”に  
影響が出やすくなると言われています。

要は疲れて体の中から潤いが無くなって、

空咳、鼻や口の乾燥、便秘や乾燥肌になりやすくなるわけです。

粘膜の乾燥は、感染症を起こしやすくなり、便秘による体調不良や肌荒れなどのトラブルも起きやすくなりますので、疲労と乾燥の両方に打ち勝つものが必要になります。

西洋医学では手が届きにくい位置にあるのですが、漢方では、十全大補湯や加味帰脾湯、味麦益気湯など疲労を減らし潤すための方剤がいくつも存在します。

秋の乾燥・冬の冷え等、これからの季節に漢方が役立てると思います。

漢方薬はいかがでしょうか？

仁和会クリニック 大和田院長 古田 誠

---

## 【2】なるほど漢方講座：子どもと大人のからだの違い

---

### 1) 病気の訴え方

子どもは、大人の体のようにからだの不調を言葉で訴えることは苦手です。

しかしその分、からだが十分に語ってくれます。

顔色や機嫌の良し悪し、動作の元気さ、落ち着きのなさなどで、病気の重症度がわかります。

これは医師より親御さんが一番わかるサインです。

### 2) 病気の進行と基礎体力の強さ

急性疾患の場合、大人に比べて経過が早い傾向があります。

成長過程にある子どもは、基本的に生命エネルギーが強く、「陽」の体質を持っているため、病気に対する自然治癒力も強いのです。

すぐに熱が出たり下痢をしたりと、症状が現れやすい一方、治るのも早いのです。

一方、慢性疾患では、成長と共に自然に治ることがしばしばあります

### 3) 薬に対する反応

小児では、一般的に基本的な体質の強さが治癒力を早めるため、薬の効果も表われやすい傾向があります。

また、薬物に対する過敏性は、大人ほどはっきり表われません。

西洋薬の場合、小児では解熱薬や抗生物質などの薬がよく効きます。

漢方薬の場合、長期間用いないと効果が出ないと思われがちですが、正しく使えば西洋薬と同様、素早い治療効果を得ることができます。

例えば、漢方単独ですぐれた治療効果を発揮する小児疾患として、かぜ症候群、消化不良症、尿路感染症、中耳炎（滲出性中耳炎も含む）、夜泣きなどがあります。

副作用も、一般的に大人よりでにくい傾向があります。

例えば、葛根湯などに含まれる麻黄という成分は、使い方、使う量を間違えた場合、

腹痛や食欲不振、下痢、おう吐、不眠、動悸などの副作用が表われますが、小児ではそのような問題が出にくいのです。

勿論これは、子どもでは副作用が全くでないということではありません。

適切な使い方をしなければ、子どもでも副作用の危険性がありますから、漢方薬も専門医に相談の上で正しく使うようにしましょう。

さもり小児科 佐守友仁

---

### 【3】漢方用語：四診(ししん)について

---

メルマガ2016年春号でご紹介した通り、漢方の診断や治療は、「証(しょう): 病気を持つ方の状態」を決めることから始まります。

そして、人間の五感を最大限に働かせた、  
以下の4つの四診(ししん)と  
呼ばれる方法で、証を見立てます。

#### 【望診】

顔色、皮膚、舌の様子など、視覚で判断します。

特に、舌を観察する「舌診(ぜっしん)」で、貧血や  
お血(血流が停滞している状態)などが分かります。

直に目に見えるものだけでなく、患者さんの背景にあるものを  
総合して判断することから、  
望診(ぼうしん)と名付けられました。

#### 【聞診】

聴覚と嗅覚で診断します。

声の強弱や呼吸音、体臭や口臭などをもとに診察します。  
聞診(ぶんしん)と言います。

#### 【問診】

様々な患者さんからの訴えを漢方的に判断します。

症状だけでなく、病歴、冷えなど体質の傾向などまで、  
患者さんの声をよく聞いて参考にします。

問診(もんしん)と言います。

#### 【切診】

身体に直接触れる漢方独特の診察法です。

脈の深さや速さ、お腹の緊張や抵抗感など、  
触れたことで分かる情報から、広く判断します。

脈の診察は「脈診(みやくしん)」、  
お腹の診察は「腹診(ふくしん)」といい、

これらの身体に触れる診察法をまとめて  
「切診(せっしん)」と言います。

医師は、四診で得た診断から、「証」を見立て、  
それに基づいた漢方薬を処方します。

例え、病名が同じでも、薬が異なる場合があるのは、おひとりおひとりにきめ細かな見立てを行っているからです。

また、頭痛やめまいの受診にまでお腹の診察をするのは、このためです。

「漢方は、木(=症状など)を見て、森(=体全体)を観る医学である」という言葉があります。

「四診」は、漢方に欠かせない独自の診断情報なのです。

---

#### ◆編集後記

医療関係者の皆さまへお知らせです。

11月12日(土)に八重洲(東京駅近郊)で、蓮村幸兌(はすむら さちえ)先生を演者にお迎えし「第9回漢方家庭講習会」を開催いたします。

テーマは「高齢者疾患と漢方～認知症とフレイルも含めて」。

老人介護の圧倒的な症例数を持つ漢方名医・蓮村先生が実践的な漢方治療について講演いたします。

質疑応答もあります。

#### ▼蓮村先生の著書はこちら▼

<http://goo.gl/iDqaRh>

一例を申し上げますと、  
「60歳からの漢方—からだの不調・症状を自分に合った漢方薬で改善」

高齢者要注意の病気やからだの不調について、症状別、体質・体調別に、どの漢方薬をどのように使われたか事例で丁寧に解説された高齢者漢方治療の必読書とも言える本です。

高齢者の漢方治療について学びたい方、漢方初心者から参加いただける講習会ですのでお気軽にご参加ください。

この貴重な機会をお見逃しなく！

さて、本会ではメルマガ配信やホームページ、フェイスブックでも多くの方に漢方情報をお届けしております。

ぜひ、下記のサイトもご参考になさってください。

>> <http://kampo-ikai.jp> (医会ホームページ)

なお、当会では、皆さまからのご感想やご意見を募集中です。  
jim@kampo-ikai.jp まで、どうぞお気軽にご連絡ください。

時節柄ご自愛いただき、健やかに秋をお過ごしください。  
次回は、冬号の配信となります。どうぞお楽しみに♪♪



発行元: 日本臨床漢方医会 URL : <http://kampo-ikai.jp>  
Facebookページ : <http://www.facebook.com/kampoikai>  
お問い合わせは、 jim@kampo-ikai.jp まで

当メールは署名またはHPでご登録頂いた方に送信しています。  
アドレス変更&配信停止はこちらのページからどうぞ。

↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓

[http://kampo-ikai.jp/web\\_henko](http://kampo-ikai.jp/web_henko)

