
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

寒い日が続いていますが、お元気にお過ごしでしょうか？
日本臨床漢方医会です。

漢方的考えを取り入れた健康情報をお送りしますので、
活用いただけますと幸いです。

本年もどうぞ宜しくお願い致します。
よろしければ最後までご覧下さい♪

++··· INDEX ···++

- 【1】なるほど漢方講座：長引く咳に要注意！
- 【2】漢方からみた冬の過ごし方・冷え：しもやけ対策
- 【3】漢方用語：表裏（ひょうり）について

◆ 編集後記

【1】なるほど漢方講座：長引く咳に要注意！

いよいよ寒くなって、咳喘息の患者さんが増えてきました。

咳喘息(*1)は原則 肺燥(*2)として治療すればよいため、
麦門冬湯や芍薬甘草附子湯を併用して治療します。

本治(*3)は、八味丸など補腎薬(*4)になります。

麦門冬湯は胃陰虚にも用いる処方、
大塚敬節先生は、晩年これを愛飲しておられました。

胃の陰分を増やして、食欲を増進します。

妊婦の咳に用いられることでも有名です。

治療は、咳嗽発作が終わった後も本治が大切です。

根治(*5)できない限り、何度も風邪を引く度に咳喘息の発作を起こすようになり、やがては本物の喘息に移行します。

風邪が治ったのに咳だけ続く、特に寝入りばなや夜間、早朝に咳嗽(*6)発作を起こすようになれば、咳喘息の可能性が大です。

専門医を受診して、適切な治療を受けましょう！

高松三条山下内科医院 院長 山下 和彦

<補足－用語解説>

- *1 咳喘息（せきぜんそく）：慢性的に痰が出ない空咳が続く
- *2 肺燥（はいそう）：鼻やのどの乾燥・渴き・痛み、声がれ
- *3 本治（ほんち）：「病気の根本的な原因」を治そうということ
- *4 補腎薬（ほじんやく）：腎の衰えを補う薬のこと
- *5 根治（こんち）：根本から治すこと
- *6 咳嗽（がいそう）：咳

【2】 漢方からみた冬の過ごし方・冷え：しもやけ対策

今冬は、大雪の地域も多く、全国的に厳しい冬の寒さを匂わせているようです。

さて、寒くなると、例年のように嘔吐・下痢や咳風邪の患者さんの来院が多くなります。

一方、よほど酷くないと医師に相談しなかったり、毎年の事と諦めたり、民間療法や売薬で済ませているものの一つが"しもやけ"です。

主に冷え症の方に多く見られ、四肢や耳の末梢循環障害が原因なのですが、西洋医学ではユベラなどのビタミン剤やカリクレイン等の末梢血管拡張薬、軟膏などが処方されるようです。

漢方では当帰や芍薬の血流改善効果を利用し、末梢循環や皮膚の潤いを保ち、

さらに桂枝や呉茱萸により体を温める当帰四逆加呉茱萸生姜湯という方剤が代表的ですが、温経湯や当帰芍薬散、桂枝茯苓丸等の処方も効果的であり、治療だけでなく予防薬としても優れた効果を発揮します。

また、漢方にも当帰や紫根などの生薬をベースにした紫雲膏(別名:潤肌膏)という軟膏薬があります。

こちらも "しもやけ" で皮膚の障害がでた部分や血流改善に効果があります。

寒い冬に痛みや腫れで悩まれる前に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

【3】 漢方用語：表裏（ひょうり）について

「表裏」は、身体のどこに病気の原因があるのか考える時に使われる概念です。

表とは、身体の表面、裏とは、身体の深いところを意味します。

「表証（ひょうしょう）」とは病気が表にある浅いもので、病気の始めに起こる症状、例えば、風邪をひいた時に現れる頭痛、寒気、発熱、関節痛などが現れる病状をいいます。

「裏証（りしょう）」とは病気が裏にある深いもので、例えば、嘔吐、下痢や便秘、腹痛などが現われる病状です。

風邪のひき始めは、頭痛、発熱、寒気などの症状（表証）で始まりますが、そこで治らず長引くと食欲が減ったり、嘔吐や下痢になるなど、裏の病状（裏証）に移っていきます。

病気は、身体の浅い部位から、時間とともに身体の深い部分へ入っていきます。

病気を早く完治させるには、できるだけ病気が表にあるうちに、治療することが肝心です。

また、同じ風邪であっても、長引いた時は処方される漢方薬が異なるのはこのためです。風邪＝葛根湯ではありません。

何か表に症状が現れたなど感じたら、ぜひ漢方医にご相談下さい。

◆編集後記

医師の皆さまへお知らせです。

本年、6月10日（土）夜に
ベルサール八重洲の2F roomEで、
ベテラン漢方医・高木嘉子（たかぎ よしこ）先生を
演者にお迎えし＜第10回漢方家庭医講習会＞を開催！！

テーマは「夏の冷えは恐ろしい」～夏の冷えの漢方治療～

まだ処方したことがないが、漢方治療について学びたい、
漢方初心者の先生から診療にもかなり使われている先生まで
幅広く参加いただける講習会です。

参加費は無料です。参加ご希望やお問い合わせの方は、
jim@kampo-ikai.jp までお気軽にご連絡ください!(^^)!

次号でも詳しくお知らせします。
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。

▼ホームページ

<http://kampo-ikai.jp>

▼Facebook

<https://www.facebook.com/kampoikai/>

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、健やかに冬をお過ごしください。
今回は、春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>

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

 . . . *◆◇