

【1】なるほど漢方講座

～秋こそ漢方

【2】食欲の秋にお薦めの漢方

【3】市民公開講座【参加者募集中】

【4】講習会情報

■ 編集後記

【1】なるほど漢方講座～秋こそ漢方

暑い夏が過ぎ去り、ようやく少し秋らしい
気温を感じるようになってきました。

”実りの秋”、”スポーツの秋”など
様々な秋を表現する言葉がありますが、
”秋”と”植物”を考えると、
まず、”秋の七草”が浮かびます。

”春の七草”と比べて、食べられない分、マイナーなイメージですが
実は”秋の七草”は、”春の七草”よりも歴史が古く、
奈良時代に山上憶良が万葉集で詠んだ歌が由来とされています。

萩(ハギ)・芒(ススキ)・葛(クズ)・撫子(ナデシコ)・
女郎花(オミナエシ)・藤袴(フジバカマ)・桔梗(キキョウ)の7種がそれに当たります。

そのなかでも「桔梗」は、戦国武将の家紋や、
安倍晴明を祀る晴明神社の
紋にも用いられており、非常に有名ですね。

桔梗は日本全土に分布しており、現在は、品種改良された
5月下旬から咲く「五月雨桔梗」が多くなっています。

本来の秋の時期に咲く桔梗は、
絶滅の危険が増大している種とされています。

漢方では、この桔梗の根を
生薬として使用します。

鎮咳・去痰・排膿解毒作用があり、
咳嗽で痰が多い場合や
咽喉部の腫痛、肺膿瘍や化膿性疾患で利用されます。

桔梗湯・排膿散及湯・十味敗毒湯・
小柴胡湯加桔梗石膏・清肺湯などに配合されています。

空気が乾燥して喉や皮膚の炎症を起こす
この時期、桔梗を配合した漢方薬はいかがでしょうか？

草花クリニック・古田誠

【2】食欲の秋にお薦めの漢方

暑い夏が過ぎ秋風が心地良いこの頃、
果物も豊富に出回ってきます。

食欲の秋は、これらの果物も
大きな楽しみでしょう。

しかし、夏の疲れが出易いのも
秋口の事であり、

せっかくの好物を目の前にしながら、
食欲のわかない方も見られます。

夏の暑さによる胃腸の不調が
回復しない方もあれば、
夏の間の冷飲食により不調を訴える方もいます。

このような夏の暑さが原因で秋口に体調が悪化するものも、夏バテに含まれることがあります。

ただ、秋は冬に備えて栄養を充分にとる時期でもあり、冬季の感染症予防のための免疫力充実を図る季節でもあります。

それには胃腸の回復が欠かせません。暑さで食欲が減退し、未だに回復しない方には「半夏瀉心湯」がお勧めです。

鳩尾(みずおち)近辺のつまり感、腹部がゴロゴロなるような人、下痢をともなうような人にも用いられます。

夏の間、冷飲食で胃腸の不調を招いた方は、胃腸を冷やさないうち注意が必要です。

秋の味覚とはいえ、物の摂り過ぎは控えるべきでしょう。

このような方には「人参湯」などが良い適応になるものと思います。食事でも温かいものを中心に、脂肪の多いものの摂り過ぎに注意が必要です。

それとは逆に食欲の旺盛な人は、過食に注意が必要です。

過食による胃腸の不調にも「半夏瀉心湯」などは有効ですが、それは本末転倒でしょう。

貝原益軒は『養生訓』で過食の害を挙げ、戒めていますが、現在にも通じる見識と思います。

中村医院 院長 中村 東一郎

【3】 市民公開講座

◆日 時:11月23日(祝・水)13:30～15:00

◆テーマ:

いざという時 あなたが使う漢方薬
～身近なからだの不調で～

◆演者:佐守 友仁 先生(佐守小児科 院長)

<演者からのメッセージ>

「漢方薬って本当に効くの?」と思ってらっしゃる方へ

どなたも一度は耳にしたであろう漢方薬「葛根湯」を中心に、
数種類の漢方薬を示して、風邪の初期から、胃腸の不調、長引く咳まで
「漢方薬の本当の底力」をかりやすく解説いたします。

この公開講座は、どなたでも分かりやすく漢方が学べるオンライン講演です。
ネットが繋がる場所なら、どこでも、ご視聴いただけます♪

▼詳細およびご予約は

https://kampo-ikai.jp/contents/ct_lecture7/

システムの都合上、参加人数について制限もありえる為、
まずは、どうぞお早めにご予約いただければ幸いです ^^) _旦~

【4】講習会情報

いずれも医師・歯科医師向けの
漢方講座で、ただいま参加者募集中です！！

■ ┌──────────────────┐
┌──┐ 第 49 回漢方家庭医講習会
└──┘ ■ ───────────────────┘

◆日時:11月5日(土)19時半~20時45分

※WEB配信のみです。

◆テーマ

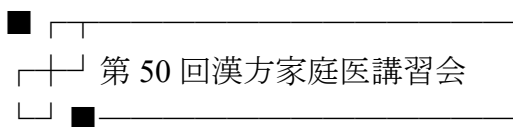
「感染症に対する漢方薬の役割 —COVID19 とその後—」

演者:渡邊秀裕先生

(東京医科大学病院 感染制御部・感染症科 部長・教授)

▼詳細・お申込みは

<https://kampo-ikai.jp/contents/20221105/>



第 50 回漢方家庭医講習会

◆日時:11月26日(土)16～18時

◆会場:ITビジネスプラザ武蔵 6階 交流室1
石川県金沢市武蔵町 14-31

※WEB配信ありのハイブリッド形式(予定)です。
(感染状況によっては、WEB配信のみ)

◆テーマ&演者:2本立てで開催されます!

【1】プライマリケアに MUST な漢方処方
～西洋医学治療で難渋する症例に～

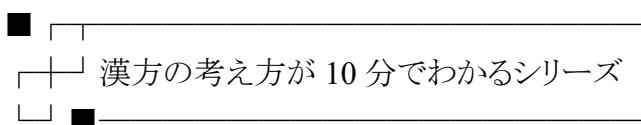
演者:守屋純二先生(金沢医科大学 総合内科学 臨床准教授
金沢医科大学病院 総合診療センター漢方外来)

【2】家庭医が知りたい
漢方によるがんサポーターティブケア

演者:元雄良治先生(小松ソフィア病院 腫瘍内科・漢方内科 部長)

▼詳細・お申込みは

<https://kampo-ikai.jp/contents/20221126/>



漢方の考え方が 10 分でわかるシリーズ

新しい講習会をツムラと共催で開催いたします!

初歩から漢方を学びたい

医師・歯科医師向けに約 30 分位の
短時間で学べる「WEB セミナー」です。

◆日時:第 1 回

初回は、2022 年 11 月 15 日(火)

「虚実・寒熱」がテーマ

第 2 回:2022 年 12 月 13 日(火)「気の異常」

第 3 回:2023 年 1 月 17 日(火)「血の異常」

第 4 回:2023 年 2 月 21 日(火)「水の異常」

第 5 回:2023 年 3 月 14 日(火)「舌診の基本」

第 6 回:2023 年 4 月 18 日(火)「腹診(小腹不仁)」

第 7 回:2023 年 5 月 23 日(火)「腹診(腹部動悸)」

全 7 回シリーズで開講します。

※継続して視聴できなくても大丈夫なので、お気軽にご予約ください♪

◆時間:19 時から、20 時からの 2 コマあります。

※質疑応答を含め、約 30 分の短い時間で、効率よく学ぶことができます♪

◆演者:渡辺賢治先生

(慶應義塾大学医学部漢方医学センター 客員教授、修琴堂大塚医院 院長)

▼詳細やお申込みは

https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_gy4zFAuRSQaqrZqEoGpiuw

※いずれの講習も参加費無料です！！

なお、漢方を学びたい医師や歯科医師で、当会にご入会された方は、
【会員特典】として、今回ご紹介した講習会等の動画を

他の過去の講習会動画や医会独自で作成した物も含め、
ホームページから、いつでもご覧いただけます♪

また、当会は、講習会の参加や動画視聴などで、
規定の研鑽に努め、認証を得た会員を「漢方家庭医」として認証しています。

漢方を深く学びたい先生は、
<http://kampo-ikai.jp/profile/profile4/>
より、案内をご覧ください♪

今までの漢方家庭医講習会の一覧は、以下でご参照いただけます。
<https://kampo-ikai.jp/category/movie/training/>

◆編集後記

漢方をもっと知りたい方、
日頃の健康維持の為に、

不調を感じたら、早めに
漢方医にご相談されるなど、
秋も漢方をご活用ください♪

本メールが健康を保つ
一助になれば、嬉しいかぎりです!(^^)!

◇◆*...
