

こんにちは、日本臨床漢方医会です。
新型コロナの感染者数が
まだ多いので、心配な方は多いことでしょう。

感染しない為には
日頃からの養生と心身を整える
「漢方の活用」で免疫力を上げることをお薦めします！

今号では、一般の方から
医療関係者まで役立つ
漢方関連情報をお届けします。

++…… INDEX ……++

- 【1】なるほど漢方講座
～冬こそ漢方
- 【2】冬場の諸症状には補剤も考えてみよう
- 【3】講習会情報

■ 編集後記

【1】なるほど漢方講座～冬こそ漢方

11月までは高めだった気温が
12月になると急激に低下し、
あっという間に冬にふさわしい
厳しい寒さとなってきております。

コロナ第8波も、年明けには
ピークを迎えるとの予測があります。

また、併せてインフルエンザの
流行まで心配されており、
相変わらず厳しい冬になりそうです。

日本の冬といえば
”こたつ”、そして ”こたつ”といえば、ミカンですね！

冬の風物であるミカンも
漢方では生薬として使用されます。

陳皮(ちんぴ)や
青皮(せいひ)、
枳実(きじつ)などがそうです。

特に有名な陳皮は、
ミカンの皮を乾燥させたものです。

この陳皮の「陳」というのは、
陳旧の陳であり、
古いものが良品とされます。

健胃・去痰・鎮嘔作用があり、
消化不良や胃炎、吐き気、
しゃっくりなどに有効です！

その為、平胃散や六君子湯、
二陳湯、香蘇散など、
多くの漢方薬の構成生薬として使用されます。

また、そばやうどんなどに
調味料として使用されている
「七味唐辛子」は、
漢方薬をヒントに生み出されています。

これにも「陳皮」は使用されています。

忘年会やお正月の食べ過ぎ、
呑み過ぎの胃には、
陳皮を含む漢方薬はいかがでしょうか？

草花クリニック・古田誠

【2】冬場の諸症状には補剤も考えてみよう

2022年11月5日(土)の
第49回漢方家庭医講習会にて

東京医科大の渡邊秀裕先生に
「感染症に対する漢方薬の役割
－COVID19 とその後－」と題してご講演頂きました。

その中で補剤の重要性、
早期使用の大切さを強調頂きました。

全くその通りと思いました。

補剤とは、その名の通り、
気血水や免疫機能を補ってくれる
漢方薬の一種で、その代表といえば補中益気湯です。

この処方、金元時代の李東垣により
考案されましたが、その目的は、
戦乱の中、民衆の疲弊を治療するためと伝えられます。

では、今日、
冬場にはどんな場合に使えるのでしょうか。

冬場には頭痛、めまい、イライラ、
食欲不振などによくみられます。

これらの多くに、
目力が無く語尾が弱い、
疲れやすい、寝汗、微熱、
口が渇きやすいなどがみられ、

ここに軽い胸脇苦満が認められた場合などが
補中益気湯のよい適応になります。

同剤は適応範囲も広く
よい処方なのですが、
注意点もあります！

ほとんどすべての漢方薬は
もともと多種生薬性なので、
他剤と合方すると最終的に
想定外の方剤になってしまう可能性があることです。

補中益気湯も同じです。
「補剤も使いたいけど...」という場合は、
他剤に補中益気湯を合剤する以外、

渡邊秀裕先生の講演に従えば、

補中益気湯の早期投与から始めて、
次に主となる漢方薬に
つなげていくことも考えていいかもしれません。

冬場の体調不良も、
ぜひ漢方医にご相談ください。

都立多摩南部地域病院脳神経外科
名誉院長 和智明彦

【3】講習会情報

いずれも医師・歯科医師向けの
漢方 Web 講座で、ただいま参加者募集中です！！

■ ┌───────────┐
└──┘ 第 53 回漢方家庭医講習会
└──┘ ■ ───────────┘

◆日時:2023 年 2 月 25 日(土)16:45～18:00

◆テーマ
講演「開業した外科医が使う漢方薬」

演者:安齋 圭一 先生
(安齋外科胃腸科医院 副院長)

▼詳細・予約は
<https://kampo-ikai.jp/contents/20230225-53/>

■ ┌───────────────────┐
┌─┐ 第 54 回漢方家庭医講習会
└─┘ ■ ────────────────────┘

◆日時:2023 年 2 月 25 日(土)19:30～20:45

◆テーマ

講演「サルコペニアに対する栄養管理と治療」

演者:水野英彰先生
(目白第二病院 副院長)

詳細・予約は

<https://kampo-ikai.jp/contents/20230225/>

■ ┌───────────────────┐
┌─┐ 第 55 回漢方家庭医講習会
└─┘ ■ ────────────────────┘

◆日時:3 月 11 日(土)18:00～19:10

◆テーマ

講演「女性の一生を漢方で支える」

演者:地野充時先生
(千葉中央メディカルセンター和漢診療科部長、千葉中央メディカルセンター 和漢診療科部長)

▼詳細は

<https://kampo-ikai.jp/contents/20230311/>

※なお、第 51 回までの動画を医会サイトでご覧いただけます。

<https://kampo-ikai.jp/category/movie/training/>
より、ご視聴ください。

■ ┌───────────────────┐
┌─┐ 漢方の考え方が 10 分でわかるシリーズ
└─┘ ■ ────────────────────┘

ツムラ共催で新しいタイプの講習会を開催中です！

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:全 7 回シリーズで開講中です。

次回は、第 4 回:
2 月 21 日(火)「水の異常」です。

その後も毎月 1 回、
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)」
開催予定です。

※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://kampo-ikai.jp/news/20221115/>

※いずれの講習も参加費無料です！！

※会員であれば、見逃した講習会を
【会員特典】として、
他の過去の講習会も含めて、
ホームページから、いつでもご覧いただけます♪

また、ショートレクチャーを除く
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♪

今までの動画一覧は、
以下よりご覧いただけます。
<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、
冬こそ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!(^^)!
引き続きご愛顧宜しく願いいたします。

◇◆*...

発行元: 日本臨床漢方医会事務局
URL : <https://kampo-ikai.jp>

お問い合わせ jim@kampo-ikai.jp まで

2009年の保険除外の反対署名された方や
ご希望の方にメール配信しております。

.....*◆◇