

{COL1}様

こんにちは、日本臨床漢方医学会です。

寒暖の差が激しい時期ですが、
お元気にお過ごしでしょうか？

今年は花粉が多いので、
花粉症なのか風邪か分からない、
という症状の方が増えています。

風邪をはじめ病気にならない為には
日頃からの養生と心身を整える
「漢方の活用」で免疫力を上げておきましょう！！

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。

++..... I N D E X ++

【1】 なるほど漢方講座
～春こそ漢方

【2】 久方ぶりの宴のお供に

【3】 講習会情報

【4】 講演会情報

■ 編集後記

【1】 なるほど漢方講座～冬こそ漢方

10年に一度といわれた
強烈な寒波を伴った寒い冬も落ち着き、
暖かな日差しを感じるようになってきました。

今年は花粉の飛散量が

今年の12倍とのことで、
花粉症の方は自分も含め、
今しばらくの我慢の季節ですね。

さて、春と言えば
卒業・入学・入社などが連想されます。

そのイメージの背景に
”桜”が浮かぶ方も多いのではないのでしょうか？

”桜”を使ったものといえば
”桜餅””桜湯”などありますが、

漢方では
”桜皮（オウヒ）”という生薬があります。

”桜皮”はヤマザクラの樹皮で、
日本独自の生薬です。

排膿・解毒・鎮咳作用があり、
古くから”毒消し”の民間薬として
蕁麻疹や皮膚病、咳止め等に使用されていました。

江戸時代に華岡青洲が創薬した
十味敗毒湯に含まれ
(メーカーによって含まないこともあります)、
蕁麻疹や湿疹などの皮膚疾患に広く使用されています。

また”桜皮”には
「ゲニステイン」という
フラボノイドが含まれており、

マクロファージを活性化させ
抗菌効果があるだけで無く、

女性ホルモン様作用をもつため、
ホルモンバランスの乱れや
睡眠不足・ストレスなどによる
”大人ニキビ”に有効となります。

春は芽吹きの子節ですが、
イベントの多いこの子節
”ニキビ”の芽吹きは避けたいモノです。

入学・入社だけで無く、
新型コロナの影響も少なくなつて

送別会・歓迎会など
ストレスが多いこの時期、
「桜皮」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】久方ぶりの宴のお供に

政府より一定の条件下で
マスクの着用が不要になりましたが、
皆さま、いかがお過ごしでしょうか？

今春から社会活動の制限が大幅に緩和され、
およそ3年ぶりに各地で
イベント等が予定されています。

ここ数年は外出が出来ず
知らないうちに体力の低下を
きたしている場合があります。

体力の増強、維持には適度な運動と
適切な量でバランスのとれた
食事や飲酒を心がけましょう。

久方ぶりの宴で体調を崩した時にも
漢方薬は効果的です。

食べ過ぎて急性胃炎を呈した場合には

黄連湯、半夏瀉心湯、平胃散、
柴胡桂枝湯などがあります。

また、お酒を飲む前に
五苓散や黄連解毒湯を服用すると
悪酔いしない事が多いです。

飲み過ぎて二日酔いの場合には
五苓散、黄連解毒湯、
茵陳五苓散（※インチンゴレイサン）、
胃苓湯、半夏瀉心湯などがあります。

漢方薬があるからと言って
暴飲暴食をせず、各人において
適切な量を守り、春の宴をお楽しみください。

石野医院
副院長 石野博嗣

※追記：インチンゴレイサンの
「チン」は、くさかんむりに陳という字です。

【3】講習会情報

いずれも主に医師・歯科医師向けの
漢方 Web 講座です！

＼来週開催・参加者募集中／

■ ┌───┐
┌───┐ 第 56 回漢方家庭医講習会
└───┘ ■

◆日時：4月8日（土）19:30～21:00

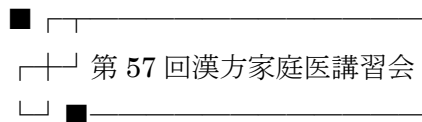
◆テーマ

「新型コロナの証からみた漢方治療」

演者：高木 嘉子先生
(ヨシコクリニック 院長)

▼詳細とお申込みは

<https://kampo-ikai.jp/contents/20230408/>



第 57 回漢方家庭医講習会

◆日時：7月1日（土）17:30～18:45

◆テーマ（予定）

「コロナ後遺症に対する漢方治療」

演者：原田 佳尚先生

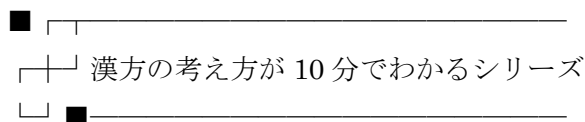
(順天堂大学大学院医学研究科 漢方先端臨床医学 特任助教)

※テーマは予定につき変わることもありえます。

※予約は後日から開始します。

▼詳しくは

<https://kampo-ikai.jp/contents/20230701/>



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 6 回：

4月18日(火)「腹診(小腹不仁)」

その後も

第7回:5月23日(火)「腹診(腹部動悸)」
に開催予定です。

※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
(横浜薬科大学学長補佐、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♪

今までの動画は、会員であれば
以下よりご覧いただけます。

▼漢方家庭医会講習会
<https://kampo-ikai.jp/category/movie/training/>

▼ショートレクチャー

<https://kampo-ikai.jp/category/movie/shortl/>

▼医会独自動画

<https://kampo-ikai.jp/category/movie/original/>

▼市民公開講座

<https://kampo-ikai.jp/category/movie/course/>

当会の各種 講習会で
漢方への学びをより深めてみませんか？

当会では、ショートレクチャーを除く
講習会・講演会へのご参加や
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医師・歯科医師で
「漢方家庭医」の認証を取得したい方は、
<http://kampo-ikai.jp/profile/profile4/>
より、案内をぜひご覧ください<m()m>

【4】講演会情報

第73回日本東洋医学会 学術総会会場
(福岡国際会議場) 内で、
当会の講演会を開催いたします！

6月17日(土) 16:00~17:00

第7会場(4F)にて、
織部和宏先生、松田弘之先生が
ご講演されます。

◆特別講演 演題：

「頑固な腹痛、便秘と難治性下痢について」
織部和宏先生(織部内科クリニック院長)

◆特別講演 概要：

西洋薬では難治な腹満便秘、および下痢などに対し、漢方で対応し著効した症例をご紹介します。

例えば、腹満には厚朴七物湯から解急蜀椒湯など、また下痢には胃風湯や断痢湯など、虚実に応じて使用した処方をご報告します。

▼詳しくは

https://kampo-ikai.jp/member/me_lecture7/

▼過去の講演会動画はコチラ（会員特典）

<https://kampo-ikai.jp/category/movie/lecture/>

◆編集後記

一般の方向けには、
市民公開講座の開催、

漢方図書の紹介(初級)

https://kampo-ikai.jp/category/contents/books_low/

漢方Q&A

https://kampo-ikai.jp/category/faq/faq_sickness/

漢方の基礎知識

<https://kampo-ikai.jp/towa/basic1/>

など、ホームページに
漢方情報を多数、掲載しております！！

ぜひ、ご覧になってみてください。

なお、本年の市民公開講座は、
開催が決定次第、お知らせします♪

本メールが漢方について
学べるきっかけや
健康を保つ一助になれば、
嬉しいかぎりです!(^^)!

そして、日頃の健康維持の為にも、
不調を感じたら、早めに
漢方医にご相談されるなど、
春こそ漢方をご活用ください♪

◇◆* . . . —————

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

2009年の保険除外の反対署名された方や
医会からのお知らせをご希望された方に
メール配信しています。

————— . . . *◆◇