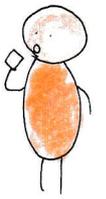


# 漢方薬



ドラッグストアには様々な種類の漢方薬が並んでいるもの、何をどう選んでいいのかわからず、買ったことがない人も多いのでは無いでしょうか？  
また、漢方薬は「まずい」長期間飲み続けるもの、というイメージの人も多いようです。

例えば、こむら返りや風邪のひき始めの喉のイガイガ、背中、ゾクゾクなど急性期のものは1、2時間もすれば治まるものもありますし、体の状態によっても同じ薬なのにまずすぎて飲めなかつたり、不思議と違和感なく飲めたりします。

そんな漢方薬ですが、約1800年前に『神農本草経』という中国最古の薬学専門書が作られ、365の薬草の働きが収録されました。下痢止め作用の烏頭、鎮痛作用の烏頭、月経止

調節作用の当歸など、現在も使われるものも多くあります。

日本には遣隋使、遣唐使の時代に医学が入ってきた江戸時代に蘭方医学が入ってきた江戸時代に蘭方医学が呼ばれるようになった。中国では中薬と呼ばれる。その中薬の原料となるのが『生薬』。植物、動物、鉱物などで、

中国は産地も広大なので、同じ植物でも採れる地域で効能が違ったりします。そして、生薬は大部分は植物ですが、根、茎、花、葉、果実の有効成分が異なったり、生長発育の時期で有効成分の含有量が異なったりするのを組み合わせ、生薬を体の反応に合わせて増減させます。日本ではほとんどがエキース顆粒の処方です。生薬の加減ができませんが、いつでもどこでも飲めて便利ですね。

知、ているようで知らない漢方のお話?!

からだか、今、どういう状態でどう変化していか、という生まれつきの体質を含め、将来の時間軸まで全身まるごとの変化を見るのが **弁証**。

これは中医学の三大療法である **漢方・鍼灸・推拿** に共通する見立てです。これをもとに処方を考えます。

**四診** という望・聞・問・切の四つの診察で総合的に診ます。

**望診** ... 顔色・頭と髪・目・舌の観察

**聞診** ... 声や咳などの音、分泌物のにおいを調べる

**問診** ... 発病時期・原因・経過・病歴・痛みの部位  
生活習慣・食生活など  
寒熱・汗・疼痛・睡眠・飲食と味覚・  
大小便・月経など

**切診** ... 脈診・触診(皮膚・四肢・胸腹部など)  
寒・温・湿・燥・腫脹・疼痛・筋緊張・反応など

### 内外同治

(漢方や日々の食事(食養・薬膳)の内治 内側から治す  
鍼灸や推拿などの外治 外側から治す  
内側からと外側から同時にアプローチすることで  
より早い変化が見込まれます。

漢方薬に対して西洋薬と呼ばれる薬は人工的に化学合成された物質がほとんどで、ひとつの疾患やひとつの症状に強く作用します。本来、体がするべき働きを薬が代わりにし、その働きが切れると元の状態に戻ることもあります。

漢方薬は **その人自身の自己治癒力を引き出し、全身のバランスの調和を導く** ものです。医師・薬剤師と相談して双方の良いとこ取りができるといいですね。

#### 参考文献

上海中医药大学附属日本校「中薬学」方剤学、その他資料  
日本実業出版社「東洋医学のまほん」  
池田書店「マンガでわかる 東洋医学」「マンガでわかる 薬膳・漢方」  
「健タメ!」甘草の効能・副作用  
土屋書店「健康保険が使える 漢方薬の選び方・使い方」

ひとつの漢方薬になぜあんなに多種類の生薬が入ってるの?

と思、たことはありますか?

→ 組成原則というものがあ、り。君・臣・佐・使の四つで構成されます。

**君薬** 主病・主証に対して主な治療作用を果たす薬物。通常、1~2種類で、その分量は全体の中で比較的多い。

**臣薬** 家臣の「臣」と同じ意味で君薬を助ける。  
① 君薬を手伝って主病・主証の治療を増強する薬物。  
② 兼病・兼証に対して主な治療作用を果たす薬物。

**佐薬** 「佐」は「たすける・わきから手を添えてささえる」意味。  
① 君・臣薬を協同して治療作用を増強あるいは直接、兼証を治療する薬物。  
② 君・臣薬の毒性を除いたり、減らしたり、あるいは君・臣薬の暴走を抑える薬物。  
③ 病が重くて邪も盛んで、薬を受けられない恐れがある場合、君薬と逆の働きをするものを加えて君・臣薬の働きを引き立てる薬物。

**使薬** 「使」は「つかいする、人のために用事をする」意味。  
① 諸薬を病気の箇所誘導する薬物。  
② 諸薬を調和させる薬物。

### 甘草について

甘草は使薬として7割ほどの漢方薬に配合されています。甘草(リコリス)は砂糖の50倍の甘味がある為、お菓子や調味料として食品にも多く使われます。数種類の漢方を服用したり、サプリメントや食品で摂りすぎると、**偽アルドステロン症**が起、こる可能性があります。

初期症状は 手足のこわばり、手足の力が抜ける、高血圧、むくみ、頭痛 などで、す。  
抗炎症作用・抗アレルギー作用・解毒作用・鎮痛作用・去痰作用と、たくさん効能のある生薬ですが、**摂りすぎに注意して下さい!**