

# 月刊 本草閣 かわら版

6月7日 第131号

発行所 和薬・漢方 本草閣  
「本草閣かわら版」  
編集 川出



## その痛みにも！ 腰痛、関節痛、神経痛など

加齢とともに増える  
あ、イタッ!  
加齢と共に、運動器（身体運動に関わる骨、筋肉、関節、神経などの総称）の痛みが悩まされる人が増えていきます。これくらいなら何とかかなると痛みを我慢し続けると、近い将来、背骨変形や歩行困難になったり、転倒・骨折の危険性が増えたり、高齢者は外出に消極的になったり、生活機能を著しく低下させる心配があります。痛みの原因、現れ方は様々です。大切なのは自分の痛みの原因、状態を理解する事。漢方では、その人の体や心の状態や体質、痛みの根本的な原因等を総合的にみて、漢方薬をお出しします。西洋医学と併用し、治療効果を高めると同時に再発予防効果も期待出来ます。

特に季節の変わり目、梅雨時は用心



種類 急性 発症後すぐ、強い炎症が起きている状態 → 冷やすと楽になる。  
慢性 一定の期間がたち、痛みが固定している状態 → お風呂に入る等、温めると楽になる

### 骨関節 神経 筋肉 などの痛み

漢方	西洋医学
<ul style="list-style-type: none"> <li>腎虚 (老化による生命力の衰え)</li> <li>冷え ・ お血 (血の汚れ)</li> <li>血、水、気 (心) の滞り</li> </ul> <p>これらの原因のため、生命活動が落ち、身体各所の機能に負担をかけ、症状を引き起こす。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>骨や関節、筋肉、神経などに異常が起こり、引き起こされる</li> <li>他の病気が原因で引き起こされる</li> </ul>
治療法	
<p>全身と心の状態を整え、痛みを改善する。主に体を温め、血をキレイにし、血、水の気の巡りをよくする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>慢性の痛み、血行不良が原因の痛み特に効く。副作用は殆どない。</li> <li>身体全体を整え直すので、不眠やだるさや気分の落ち込みなど痛み以外の症状も改善されることが多い。</li> </ul>	<p>消炎鎮痛剤、筋弛緩剤、麻酔剤、血行促進剤、湿布の対処療法 (症状がひどい場合は手術)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>痛みには即効性があるが、痛みを抑えるだけなので根本的な治癒とはならない。</li> <li>急性期、慢性期、同じお薬がでる。</li> <li>効き目が良い分、副作用があり、他の臓器を痛める場合もある。</li> </ul>
特徴	

### 季節 天気

季節の変わり目や、梅雨時に、痛みがひどくなる人がいます。気圧 (特に低気圧時) や湿度の変化が原因で発症する症状や病気を「気象病」といいます。

気圧低下で体内にヒスタミンが増え、ヒスタミンには血圧を急に下げる、血管拡張、炎症を起こす、交感神経を刺激し、自律神経を乱すという働きがあることから、痛みを強く感じる。

運動器の痛み以外にも頭痛、メニール病、緑内障、脳卒中、気管支ぜんそく、肺炎、心筋梗塞、精神疾患、てんかん、急性中耳炎 等も季節や天気に左右されやすい。

こういった人は、他にひざに水がたまり痛む、むくみ、しびれなどの症状もある場合が多い  
漢方ではこうした要因で痛みが酷くなる又は起こる人は、体の中に余分な水分が溜まっていると考え、それらを体から出す漢方薬をお出しします。

<p>＜水分循環を改善＞</p> <p>防己黄耆湯 越婢加朮湯 麻杏薏甘湯</p>	<p>＜腎虚 (老化) を防止＞</p> <p>八味地黄丸 牛車腎気丸</p>
<p>＜体を温める＞</p> <p>桂枝加朮附湯 五積散 葛根湯</p>	<p>＜血行を良く＞</p> <p>疎経活血湯</p>
	<p>＜筋肉弛緩作用＞</p> <p>芍薬甘草湯</p>

### 慢性期 養生法

- 規則正しい生活をする。
- ストレスを溜めない。
- 足腰の筋肉を鍛える。
- 同じ姿勢が続いた時 ストレッチをし、筋肉をほぐし、血の巡りも良くする。
- 姿勢を良くする。
- うつぶせ寝は腰痛には厳禁。
- 耐えられる痛みなら体を動かす。(梅雨の時期はこもりがちになるが、運動は続けようが良い)
- ウォーキングを心がける。
- 水泳 (初心者は要注意) や水中歩行 (水圧によるマッサージ効果)。
- ぬるめのお風呂にゆっくり入る。

### 痛み 症例

坐骨神経痛 アメリカ在住の80代の女性  
あの朝の痛みが!

右膝の痛み 70代女性 西洋医学と漢方薬の併用で  
杖がいらなくなった!

ある日、右膝の内側が痛くなって、立てなくなった。通院し痛み止め 点滴 ヒアルロン酸を打ってもらっていたが、治らなかったため、友人の紹介で来店。水をさばき、身体を温める「桂枝加朮附湯合防己黄耆湯」と病院の併用で、杖なしでも歩けるように。現在、動悸のための漢方薬「牛黄」と膝のための漢方薬で、動悸も膝の痛みも治まっており、快適に過ごせるように。

### その他 最近の 症例

腰痛、膝痛、関節痛、関節炎、神経痛、肩こり、筋肉痛、関節リウマチ、膠原病、椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症頸椎症、関節の変形による痛み、古傷による痛み、帯状疱疹に伴う神経痛 病院では原因不明の痛み など

### 漢方の 湿布薬

キュウレイコン 糾励根

オウバク・サンシシ・バンショウなど10種類の天然生薬を使用した緑色の粉末の湿布薬

- 中の粉に水を加えて練り練り～
- 布にのぼして、痛みの上に貼ります
- 貼ってからしばらくするとピリピリ
- 湿布が乾いてきたら、はがしてね!

こんな症状に！ 神経痛、リウマチ、肩凝り、腰痛、関節痛、うちみ、くじき、肺炎、感冒、肋膜炎、腹膜炎、痔疾、歯痛、扁桃腺炎、乳腺炎

ほぐされる感じ...! 血行が良くなって 貼付した患部はポカポカ 痛み和らぎます～!

糾励根 150g ¥1,575

<p><b>和薬・漢方の本草閣 本店</b> (鶴舞駅)</p> <p>〒460-0012 名古屋市千代田5-21-17 TEL (052)241-3388 FAX (052)241-3443 JR中央線・地下鉄 鶴舞駅下車 徒歩2分</p>		<p><b>和薬・漢方の本草閣 緑店</b> (滝の水公園西)</p> <p>〒458-0016 名古屋市緑区上旭1-622 TEL (052)899-0221 FAX (052)899-0236 ・名鉄鳴海駅より 名鉄バス 滝ノ水口 下車 ・地下鉄 鳴子北駅から (太子、大高駅行き) 滝ノ水公園下車 相生山駅から (大清水行き) 滝ノ水公園下車</p>
---	--	--