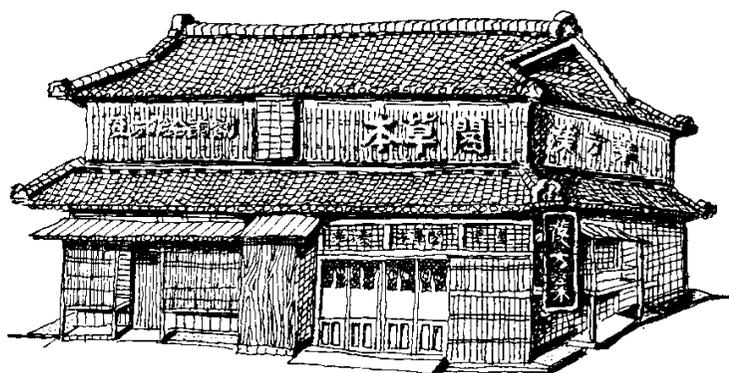


# 本草閣 かわら版

第54号

平成15年1月15日発行



漢方の本草閣 本店  
名古屋市中区千代田5-21-17  
(JR 鶴舞駅西)  
JR中央線・地下鉄 鶴舞駅下車  
TEL 052-241-3388  
FAX 052-241-3443

<http://www.honsoukaku.co.jp/>  
E-mail: kanpou@honsoukaku.co.jp

漢方の本草閣 緑店  
名古屋市緑区上旭1-622  
(滝の水公園西)  
名鉄バス滝の水口下車 徒歩約5分  
TEL 052-899-0221  
FAX 052-899-0236

<http://www.honsoukaku.co.jp/>  
E-mail: midori@honsoukaku.co.jp

## いろいろな頭痛

頭痛の原因は色々ありますが、東洋医学（漢方）では風・寒・暑・湿・熱等の外からの刺激で起こる場合、日頃の悪い食生活・感情の起伏から来る場合などが考えられ、それぞれについて対処致します。

また頭痛の起こる部位によっても病の種類が考えられます。蓄膿症（副鼻腔炎）は前頭部、神経ストレスからの場合はコメカミ、高血圧の場合は主に後頭部、偏頭痛の場合は頭部の片側、というように違う部位が痛むことが多いようです。

そこで使う漢方薬としては、氷・アイスなどを食べて額部分が痛むのは「胃の冷え」から来る頭痛で胃を温める呉茱萸湯（ごしゅゆとう）、風邪などからの頭痛には葛根湯（かっこんとう）、浮腫みを伴う場合には五苓散（ごれいさん）、のぼせ便秘を伴う場合は桃核承気湯（とうかくじょうきとう）、神経ストレスから来る場合は柴胡桂枝湯（さいこけいしとう）、生理前の頭痛に桂枝茯苓丸（けいしぶくりょうがん）・・・等です。病、原因、体質、部位、にて漢方薬の種類が当然変わります。

詳しくは漢方に詳しい医師・薬剤師に相談下さい。

新薬・漢方薬含めて余分な薬は飲まない方が当然いいです。飲むなら漢方薬、出来れば「食」に気をつけ日頃より養生したいものです。「食こそ薬」を心がけましょう。

〔文責 林 譽史朗〕

## 第2回 センブリ (当薬)

センブリ (リンドウ科) は千回振っても (煎じても) まだ苦味が残っているという事からつけられた名前、また当薬とも呼ばれるのは『まさに薬』の意味でよく効くことをいっています。

その薬効は、苦味健胃薬として胃や腸の痛み、消化不良、下痢、などに利用します。乾燥した全草を粉末にして1日3回、毎回耳掻きに1杯ぐらいを内服します。煎剤の場合は乾燥したセンブリを1~2本をそのまま折って茶わんに入れ、熱湯を注ぎ、苦味成分が溶け出してから、冷まして飲みます。また50%アルコールに約5%の割合でセンブリを入れ、約1か月間冷暗所に放置します。それをハゲの部分に塗布すると、毛根を刺激して発毛効果をあらわす作用があると言われ、円形脱毛症の方にお勧めです。

## 今こそ青汁《麦緑素》で生活習慣病を予防しよう

病の根源は「血液の汚れ」と言っても過言ではありません。現代人の食生活は、農薬・化学肥料・合成添加物などに汚染され、しかもそれらを浄化する働きがある緑黄色野菜の摂取不足、動物性タンパク・甘い物の過剰摂取、インスタント食品の普及などによって不健全になっています。このようなアンバランスな食生活が「血液の汚れ」を招き、便秘・肌荒れ・アレルギーなどの症状や、ガン・糖尿病・高血圧・動脈硬化などの生活習慣病につながります。そこで現代人救世主として登場したのが青汁《麦緑素》なのです。

この《麦緑素》は、大分県の国東半島で無農薬栽培された大麦の若葉を原料としβ-シトステロールなどの血液浄化成分はもちろん、ビタミン・ミネラルなどの栄養素、昔から緑の血液と呼ばれ人が飲むと血になると言われてきたクロロフィル、活性酸素を除去し細胞を若返らす天然の抗酸化成分であるフラボノイド等を豊富に含んでいます。また一部のメーカーが出している吸収しにくい大麦の若葉を高温乾燥し粉末化させたものではなく、しぼり汁をエキス粉末化させたものですから、吸収が抜群に良いのです。味も「う〜ん、マズイ、もう一杯」のテレビCMですっかり有名になったケール (キャベツの一種) の青汁と違い、アクがなく抹茶に似てあっさりしていますので、お子様からお年寄りまで安心して召し上がることができます。ぜひ一度青汁《麦緑素》で本物の健康を実感して下さい。

〔文責 早川 浩次〕