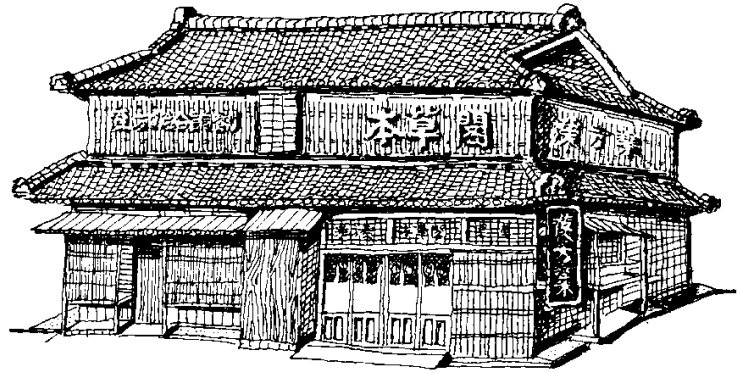


本草閣 かわら版

第 5 7 号

平成 1 5 年 4 月 1 5 日 発行



漢方の本草閣 本店
〒460-0012
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
〒458-0016
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

子宮筋腫について

子宮筋腫のことを漢方では「癥瘕(ちょうか)」といい、「おなかに出来たしこり」という意味で、現代医学でいう筋肉性の良性腫瘍です。筋腫の出来る原因はよくわかっていませんが、東洋医学的にいう瘀血(血行が悪くなった血液のこと)が関係すると考えられます。

イボ位の大きさのものから赤ちゃんの頭位までいろいろですし、子宮の内膜付近・子宮の外側と場所によっても症状が違います。

筋腫ができると一般に生理が長引いたり生理痛を、桃核承気湯、・・・等を使います。起こしたり出血量が多くなると貧血になります。漢方薬は症状・体質に応じて桂枝茯苓丸

大きさ・症状を検査して確認しながら漢方薬をお勧めいたします。意外に効果が期待できます。最悪手術することになっても、一ヶ所の病院だけでなく、もう一ヶ所の病院で検査してから手術を考えた方が良いでしょう。

[文責 林 譽史朗]

第5回 ヨモギ (艾葉)

ヨモギの名は万葉集及び大言海のよると「モ」はモユルとの言味で、よく燃えるくさ、と言うところから善燃草（ヨモギ）の名ができたと言われています。

ヨモギは民間薬として煎じて服用するだけでなく、弥生の節句の草もちの材料として、また、お灸に使うモグサの材料としてなど、多くの用途があります。

服用の仕方は、1日量5～8gを水600ccの中に入れ分量にまで煮詰め食間にのみます。その作用は体を温め、食欲増進し、胆汁の分泌を促進し、止血の効果もあります。冷えによる腹痛、胸やけ、下痢、便秘、鼻血の止まらないとき、血尿や痔に用います。

また、冷え症や腰痛、腹痛、痔の痛みにヨモギ風呂として、ヨモギ300gを木綿の袋に入れ、水のうちから風呂にいれて沸かします。

ヨモギからつくられるモグサは、5月ごろ葉をとり、天日でよく干し、からからに乾燥したものをよくもんで腺毛を集めたものです。その名は、「燃える草」からできたと言われています。

季節におうじた養生法

漢方の考え方に、「未病を治す」という言葉があります。「未病を治す」とは「病気になる前に予防しましょう。」ということです。

今から2000年前、中国で書かれた素問という本の中に、病気にならないための養生法が紹介されています。

1. 飲食に過不足がないようにする。
2. 心身ともに過労を戒める。
3. 酒に酔ってのセックスはよくない。
4. 春夏秋冬の自然の状態に調和した生活をする。

以上の事を守れば百歳まで元気で長生きできるとあります。

現代においても成人病、ガン予防として、バランスのよい食事、肉体的疲労、ストレスをためない、タバコを吸わない、などいろいろ発表されています。2000年前の中国の養生法と共通するものがあると思われます。

そこで春の養生法を紹介します。漢方では、春は発生の季節と言われます。自然界では植物はいつせいに芽を出し、動物も冬眠から醒めて活動しはじめる季節です。人間も活動的に行動をするべきです。心身ともにのびやかに、明るい気持ちで生活する事が大切です。もしそれに反して、運動不足で汗をかかなかったり、気分的に落ち込んでいたりすると、神経症や花粉症、アトピー性皮膚炎などにかかりやすくなります。そんな時は自然界の音、空気、香に親しむことが必要です。ハイキングなど山や川へ行く事をお勧めします。

[文責 浮亀 浩]