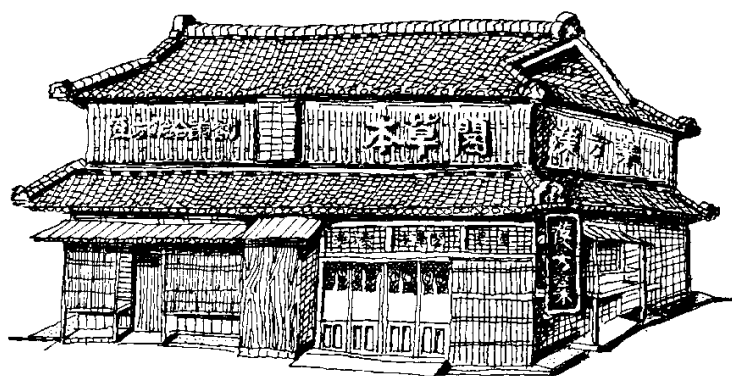


# 本草閣 かわら版

第59号

平成15年6月15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  
〒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

---

## 膀胱炎について

下腹部・膀胱部の圧迫感と疼痛の症状で、特に排尿の終わりに甚だしい痛みを訴え、尿の滞留を来すこともあり尿意頻数（何度もトイレ）があつて渋って尿が少々しか出ない・尿が白く濁ったり・血液が混じり褐色～赤色になる事もあります。尿検査にて細菌がある場合とない場合があります。

男子に比較して尿道が短い女性に多く一度や二度は経験された事あると思います。きっかけや原因は、疲れて・睡眠不足で・お腹を冷やして（冷房など外・冷たい飲食）・排尿を我慢した時に起こります。

膀胱炎症状が出たら身体・下腹を温め、温かい飲み物・消化の良い温かい食べ物を取り、早めにゆっくり睡眠を充分にお取り下さい。

膀胱炎に使う漢方薬は症状・体質等・・・にて変わりますが猪苓湯（ちよれいとう）・竜胆瀉肝湯（りゅうたんしゃかんとう）・当帰芍薬散（とうきしゃやくやくさん）・・・等があります。漢方に詳しい医師・薬剤師にご相談下さい。

[文責 林 譽史朗]

第7回 クチナシ (山梔子)

サンシシ

クチナシは白い花を咲かせた後、実を生じるが、熟しても口が開かないので口が無いようである、とのことから『口無・・・』『くちなし』の名がつけました。

完熟した果実は、11月ごろ霜が降りた後で採取し、蔭干しをします。これを山梔子または梔子といいます。

煎じた液を服用するには、1回2～3gを0.2リットルの水の中に入れ、煎じて約半量になるまで煮つめ、食前に飲みます。その薬効は、消炎、利胆、血便、血尿、不眠、吐血、などがあります。

また外用として用いられます。山梔子の粉末に卵白を混ぜ、小麦粉を少しずつ足しながら耳たぶくらいの固さに練ります。それをガーゼにのばし打ち身や捻挫の患部に貼ります。乾いたら新しいのものと取り替えるようにしますと、消炎の効果あります。

その他、無害の黄色着色料として、たくあん漬や栗きんとんに利用されます。

## 夏場の水分

ジュース、アイスコーヒー、ビール、かき氷・・・・・・・・

これからの季節には、切りたくても切れないものばかりです。だれでも喉が渴けば必ず口にしたくなりますが、取り過ぎてご飯が食べられない、体がだるい、等の症状が出たことはありませんか？

原因はただ一つ、冷たい物の取り過ぎのためです。

冷たい物を取った時は喉が潤い、感覚的にはスッキリしますが、人間の胃腸は過剰に入ってきた水分をすぐには処理できません。そのため、胃腸はパンクしてしまい、食欲不振、体のだるさなどの症状が出るのです。また、秋口に起こりやすい夏バテも夏場の過剰な水分が一番の原因です。

ではそうならないためにどうしたらよいのか？答は簡単。できるだけ冷たい物は控え、たくさんの汗をかいた後でなければ、温かいお茶、出来ないのなら常温のもので、喉を潤す程度にゆっくり摂る事です。

そうすれば、胃腸も無理なく夏場を乗り切ることが出来ます。実際、一流のスポーツ選手は夏場を乗り切るため、冷たい物は極力控えるそうです。

特に夏場から秋口にかけて体調をこわしやすい方。一度夏場の水分の摂り方を見直してみてもいいかがですか？

〔文責 内山 智氏〕