

食事と漢方で治療できます

漢方memo

漢方独特の診察「四診」

「四診」にはそれぞれ重要な意味があり、「望診」で診る舌には体の不調がさまざまに表れ、「聞診」では声の調子等も判断要素です。「問診」で聞く話は多岐にわたり、脈やお腹を診察する「切診」が処方決め手になることも多いです。

方薬を選ぶと、体質に合わないものを選んでしまう可能性がありますので、医師の診察を受けるのがいいと思いますね。

漢方薬は効果の出るのが遅いというイメージを持つ方もいるかもしれませんが、冷えによるむくみなどの場合、その原因を改善する指導と漢方薬の処方により、2週間とか1カ月で楽になって喜んでいただける方もいらっしゃいます。

漢方は、治療する私にとっても、学ぶほど奥が深く、処方する中で効果を実感することも多い、魅力的で欠かせないものです。一人でも多くの方の悩みの解決に貢献したいと思いますね。

を組み合わせて処方します。まさに、一人ひとりに合わせ、オーダーメイドな治療をするわけです。

それと併せて、体が冷えて余分な水が溜まらないように、食事のアドバイスもします。漢方薬や食事のアドバイスによってむくみが改善されたという声を患者さんからいただいた時は、私も本当にうれしいです。

生活指導と漢方で早いむくみの改善も

むくみもそうですが、日々診療をする中で、婦人科の疾患には漢方による治療が向いていると感じることが多いです。また、私たち医師が処方する医療用漢方製剤は一部を除き健康保険が適用され費用も安価です。ご自身の判断で漢

冷えや水分の摂り過ぎ、運動不足などによって、夕方になると脚がむくむという女性が多くいらっしゃいます。このつらい悩み、食事の影響も大きく、冷たいものに胃腸が対応できずに体に余分な水が溜まってしまうことも原因の一つと考えられます。そうした方には、食事と漢方による治療も選択肢のひとつです。

体に余分な水がたまって出るむくみ

診療を通じて、女性のむくみの原因として多いと感じるのは冷えと運動不足です。夕方以降に足がだるくなりむくんでしまうという方の場合、食事の影響が大きいと考えられます。具体的には、冷たいものの食べ過ぎによって、正常に胃で消化、腸で吸収できずに、体に余分な水が溜まってむくみが出てしまうのです。今の時期だと、みかんの食べ過ぎなどでもそうした傾向が現れます。

また、疾患が原因の場合もあり、腎臓の疾患でむくみが出たり、甲状腺の機能の低下が原因で、むくみという症状が出ることもあります。ひと言にむくみと言っても原因はさまざまですから、まずは医師の診察を受けることをおすすめします。

体質や症状を見極めて処方する漢方薬

40代～60代の女性のむくみの悩みとして、夕方にむくむのは足で、朝にむくむのが手や顔の場合が多くなっています。検査によって腎臓の疾患などが原因と分かれば西洋医学的な治療や薬の投与となります。検査をしても特に数値などに異常がない場合、食事の注意と漢方薬の処方によって治療を行っています。

漢方には「ししん四診」といわれる独自の診察方法があり、患者さん全体を見たり舌を見る「ぼうしん望診」や、声の調子などを聞く「もんしん聞診」、さらに症状を聞く「せつしん切診」も行います。四診により、その方の体質を見極め、原因や症状を考慮しながら、数種類の漢方薬

▶ VOL 1 むくみ

VOL 2 イライラ

VOL 3 お腹の張り

気になる
悩みを
漢方治療

つらいむくみ

なんとか

楽になりたい

わたしがお答えします！



医療法人明青会
あやこレディースクリニック

金 雅子先生

きむ・あやこ あやこレディースクリニック院長。日本産科婦人科学会認定専門医/日本東洋医学会会員。

医療法人明青会
あやこレディースクリニック
婦人科・漢方内科

むくみによく使われる漢方薬

当帰芍薬散
とうきしゃやくさん

婦人科疾患の代表的な処方、足腰が冷えてむくみやすい方や、貧血ぎみの虚弱な方に用いられます。

五苓散
ごれいさん

体の中の余分な水をさばいってくれ、むくみのほか、頭痛などに用いられます。

真武湯
しんぶとう

体を温め水をさばいくれます。下痢、慢性胃腸炎などに用いられます。

合計100名様に
漢方クオリティ
BOOK
プレゼント



応募締め切り ●平成26年12月19日(金)当日消印有効

応募方法 ●はがきまたは手紙に、〒、住所、氏名、年齢、職業、電話番号、性別、生年月日、感想を明記し、下記応募先までお送りください。

応募先 ●〒100-8697 日本郵便銀座郵便局JPタワー内分室私書箱2165号「漢方クオリティBOOKプレゼント係」

当選者の発表は、冊子の発送をもってかえさせていただきます。いただいた個人情報は、冊子の発送のみに使用します。

広告

企画・制作

産経新聞社営業局

自然と健康を科学する
漢方のツムラ