

体を温める漢方薬とは

西洋医学では冷えはあまり重要な症状と考えず、貧血や甲状腺機能低下などの異常がなければ積極的に治療を行うことは多くありません。しかし、東洋医学では冷えを改善して、「体を温めること」は、体のバランスを整え、様々の症状を改善する大切なことととらえています。

冷えは以下の3つのタイプに分類されます。

(1) 手足の先が冷えるタイプ(生理不順のある女性に多い)

① 当帰四逆加呉茱萸生姜湯

手足の冷えに加え、しもやけ、頭痛、下腹部の痛みがあるひとに有効

② 当帰芍薬散

むくみ、頭が重い、めまいのあるひとに有効

(2) 全身が冷えるタイプ(やせ型で、胃腸の働きが低下しているタイプ)

① 八味地黄丸

比較的高齢者の冷えに用いられ夜間頻尿や下半身の脱力感があるひとに有効

② 牛車腎気丸

八味地黄丸に類似するが、手足のしびれ、むくみ感が強いひとに有効

③ 人参湯

胃腸が弱く、冷えると胃の痛み、めまいなどを訴えるひとに有効

(3) 冷えのぼせタイプ(足が冷えるが頭は火照ったり、のぼせたりするタイプ)

① 温経湯

唇が乾きやすく、手のひらの火照り、湿疹が出来やすいひとに有効

② 桃核承気湯

のぼせと便秘傾向があり、不眠いらいらなどの精神症状が伴うひとに有効

★当院では、漢方的な問診・腹診・舌診などにより一人ひとりにあった、体を温める漢方薬を処方しています。さらに、通常のエキス剤に加えて、辛い冷え症に悩んでいる方のために漢方煎じ薬(茯苓黄耆四逆湯)の処方も開始しました。

漢方煎じ薬とは

煎じ薬とは、生薬を水から煮出したもので、水と1日量の漢方煎じ薬をいれ、沸騰してから30分ほど煮詰めたものの服用します。

コーヒーに例えると、漢方のエキス剤が、インスタントコーヒー、煎じ薬が、ドリップコーヒーと言えます。多少面倒ですが、より高い効果が期待できます。



茯苓黄耆四逆湯

茯苓・黄耆・乾姜・紅参・附子・甘草などの生薬を配合。女性特有の不快感な冷えに効果を発揮します。

不快な冷え

いつもカラダが冷えているような気がする、足の先が冷たいとか手がジンジンと冷えているような気がすると感じる人が、多いのではないのでしょうか？冷え症は一つの病気として捉えているのです。

冷え症は「ある特定の部分だけが冷えること」と定義されています。そして、冷えの指標は本人が不快な温度を感じることを言います。

なぜ、冷え症は女性の病気なの？

女性に多いと言われている冷え症。

実は女性ばかりではなく、男性にも見られています。ただ、男性より女性の冷え症の人が多くことから、一般的には女性の病気と考えられています。

それでは、なぜ女性に冷え症が多いのでしょうか？

それには冷え症と生理の関係が考えられます。冷え症は女性ホルモンの乱れからくるものとして、更年期に多い症状なのです。

さらに最近では若い女性にも冷え症の症状が増えてきました。原因は女性の軽装化、肌の露出の多い服装にあると考えられています。

冷え症はある意味、現代病と言えるかもしれません。