

近年、漢方薬は、病院で使用される一般薬(西洋薬)と併用することで、治療効果が高まる場合もあり、臨床現場においても活用される事例が増えています。そこで今回は、『漢方薬の活用法』についてお話したいと思います。



●漢方医学と西洋医学の違いは…?

漢方医学には、西洋医学とは異なる独自の治療方針があります。たとえば西洋医学では病気の原因を検査などで探し出し、その原因を取り除く治療をしていきますが、漢方医学では病気を「バランスの乱れ」と考え、漢方薬で身体全体のバランスを整える治療を行い、結果的に症状を改善していきます。このような違いから、西洋医学的に十分対処できない疾患に対しては、漢方医学が有効な治療手段となっています。

●どの漢方薬を選べばいいの?

漢方薬は、病名ではなく症状に合わせて治療するものなので、ひとくちに風邪や食欲がないといってもどの症状のタイミングかで選ぶ漢方薬が違ってきます。

●風邪を引いてしまったら?

風邪は、一般的に咳や鼻水が出たりした後で、熱が出るなど病態がどんどん変わっていく疾患です。そこで、以下によく使用される漢方薬を紹介します。

>葛根湯

含有成分：カッコン(葛根)、タイソウ(大棗)、マオウ(麻黄)、カンゾウ(甘草)、ケイヒ(桂皮)、シャクヤク(芍薬)、ショウキョウ(生姜)

特徴：咳・鼻などの症状が出る前で、頭痛や肩こりの症状があり、熱っぽいのに汗が出ないといった風邪の初期に速効性を発揮します。

>麻黄附子細辛湯

含有成分：マオウ(麻黄)、ブシ(附子)、サイシン(細辛)

特徴：身体が冷えて、ぞくぞくし微熱があるというタイミングで飲むといい漢方薬です。お年寄りなど体力のない人の風邪の引き始めに処方されることがあります。

>麻黄湯

含有成分：キョウニン(杏仁)、ケイヒ(桂皮)、マオウ(麻黄)、カンゾウ(甘草)

特徴：熱はあるが汗が出ない、関節が痛く咳や寒気、頭が重いなど本格的な風邪の症状にいい漢方薬です。インフルエンザにも使われることがあります。

上記以外の漢方薬でも、症状によっては使用される場合もあります。

<参考> 治療薬UP-T0-DATE 2014, 医療スタッフのための漢方薬がわかる本

●食欲がない時には?

漢方薬には、食欲不振に効果が期待されるものが数多くあり、臨床でも高い評価を受けています。そこで、以下によく使用される漢方薬を紹介します。

>六君子湯

含有成分：ソウジュツ(蒼朮)、ニンジン(人参)、ハンゲ(半夏)、ブクリョウ(茯苓)、タイソウ(大棗)、チンピ(陳皮)、カンゾウ(甘草)、ショウキョウ(生姜)

特徴：胃の痛みや胃もたれなどの辛い症状が続き、内視鏡検査などを行っても異常がみつからないといった機能性ディスペプシアから、抗がん剤などの副作用による食欲不振まで、幅広く解決してくれる頼もしい漢方薬です。

>半夏瀉心湯

含有成分：ハンゲ(半夏)、ニンジン(人参)、タイソウ(大棗)、カンキョウ(乾姜)、オウゴン(黄芩)、オウレン(黄連)、カンゾウ(甘草)

特徴：たくさん飲んで食べまい胃が疲れているときや、二日酔いで食欲がないときなどに用いられます。

>補中益気湯

含有成分：オウギ(黄耆)、ソウジュツ(蒼朮)、ニンジン(人参)、トウキ(当帰)、サイコ(柴胡)、タイソウ(大棗)、チンピ(陳皮)、カンゾウ(甘草)、ショウマ(升麻)、ショウキョウ(生姜)

特徴：全身状態の底上げをはかる代表的な漢方薬で、気力や体力が落ち食欲もないような人に使われます。

上記以外の漢方薬でも、症状によっては使用される場合もあります。

●漢方薬はいつ飲めばいいの?

漢方薬は、自然の生薬を原料にしているため、体内への吸収も食材に似ています。そのため、食事の影響を受けやすく、基本的には食間(食事後 2 時間ほど経過した空腹時)または食前(食事の約 30 分前)にぬるま湯で飲むことが望ましいとされていますが、食後に服用したからといって漢方薬の効果が全て失われるという訳ではありません。

大事なものは、決められた 1 日量を一定期間飲み続けることです。

●漢方薬が飲みにくいのですが…

「苦い」「においが気になる」「顆粒が口に残る」などの理由で漢方薬が飲みにくい場合や、小さなお子さんなど顆粒を飲み込むことが難しい場合には、下記のように飲み方を工夫するようにしましょう。

飲みにくい時には…

◆苦味やにおいが気になる◆

・オブラートに包む。

◆顆粒が口に残る◆

- ・お湯に溶かす。
- ・入歯をはずしてから服用する。
- ・服用前には、お湯や水で口を潤す。

◆飲み込めない◆

・葛湯などのトロミのある液体に混ぜる。

