

薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報

274号 花粉症について

3回シリーズの1回目



漢方の健康堂薬局の店主 長澤昭と申します。

3月11日（金）に発生した東北地方太平洋沖地震により、被災された皆様に対し、心よりお見舞い申し上げます。

273号 3回シリーズの1回目（11月01日発行）

1. 花粉症と減感作療法
2. 減感作療法の意義

短編（科学のよもやま話）第190号（11月08日発行）

花粉の飛散量と症状のひどさとは一致しない

274号 3回シリーズの2回目（11月15日発行）

3. 花粉症の漢方薬

短編（科学のよもやま話）第191号（11月22日発行）

花粉症でない方の、花粉症にならないための注意点

275号 3回シリーズの3回目（11月29日発行）

4. 花粉を体内に入れないことの重要性
5. 花粉を体内に入れない方法



274号 花粉症について

3. 花粉症の漢方薬

3回シリーズの2回目

3. 花粉症の漢方薬

漢方は、同じ花粉症でも、症状によって漢方薬を使い分けます。すると副作用はほとんどなく即効性もあり良く効きます。その症状による漢方薬の使い分けについて以下に解説いたします。

(1) (平常な状態に比べて) 身体が冷えてしまった状態の花粉症

◎症状

くしゃみが良く出る・水のようにサラサラとした鼻水がたくさん出る、という症状が、身体が冷えてしまった状態の花粉症の症状です。

◎有効な漢方薬

こんな症状の時には、小青竜湯（しょうせいりゅうとう）や麻黄附子細辛湯（まおうぶしさいしんとう）などの、身体を温める働きのある漢方薬を使います。

◎参考

身体を温めることが良いわけですので、こんな症状の時は、物理的に身体（特に下半身）を温めただけでも症状は緩和します。

また、温める働きのある食べ物がお勧めです。具体的には、生姜（しょうが）・紫蘇（しそ）・カラシ菜・太ねぎ（白い部分）。

(2) (平常な状態に比べて) 身体が熱せられた状態の花粉症の症状

◎症状

かゆみ（目・のど・鼻・耳など）・目が赤くなる・目やにが出る、と言う症状が身体が熱せられた状態の花粉症の症状です。

◎有効な漢方薬

こんな症状の時には、銀翹散（ぎんぎょうさん）や越脾加朮湯（えっぴかじゅつとう）などの、熱せられてしまった身体を冷ます働きのある漢方薬を使います。

◎参考

こんな状態の時にお勧めの食べ物は、薄荷（はっか）・ハトムギ・大根・セロリ・小豆（あずき）・冬瓜（とうがん）・昆布・シジミ。

（3）以上の2つのタイプにより、飲む漢方薬を使い分けます。漢方薬は、が乾燥したりとか、眠くなると言った副作用がありませんし、即効性（1回飲んだだけでも効果がある）も十分に期待できます。

ただし、以上の漢方薬は、花粉症の症状に対して効果のある漢方薬と言うことであって、花粉症というアレルギー体質を緩和してゆく漢方薬ではありません。その働きのある漢方薬は別のものです。

また、上に出てきた、小青竜湯・麻黄附子細辛湯・銀翹散という漢方薬は、風邪や喘息（ぜんそく）などの時にも使われます。病名が違うのに同じ漢方薬が使われる理由は、病名は違えども身体に同じ状況が起きていれば同じ漢方薬を使うと言うことです。すなわち、「冷えてたら温めてやる」、

「熱せられてたら冷やしてやる」という漢方の原則的な治療法の1つである、「寒熱（かんねつ）理論」に基づいて病名が違って同じ漢方薬が使われるのです。

以上、今週の内容でした。

—[プロフィール]—
-----[プロフィール]—

■長澤 昭（ながさわ あきら）1952年 静岡県生まれ
1980年に薬局を創業。
2000年、毎日新聞「アミューズ」に、「漢方薬に詳しい薬局」として、全国わずか35店のうちの1店として取り上げられる。
2001年、約300の病名・症状別の「病気別漢方選薬システム」を完成させる。
現在は、当店HPにて公開中

登録／解除の方法

↓ ↓ ↓

<http://kenkodo.web.infoseek.co.jp/melmaga.html>

（E-Magazine からご購入の方はこのメルマガの一番下に解除フォーム有り）

注意・免責事項

◎一般の方向けの内容なので、厳密な医学用語は使用していません。医学的な専門性から考えた場合、妥当でない表現があると思いますが、なるべく平易な表現を使用するようにしてあります。

◎個別の健康相談を行うものではありません。

◎体の状態は個人によって異なります。現在治療中の方はかかりつけの主治医と相談をしてください。

◎ご自分の責任の範囲でご利用ください。記載内容を利用し生じた結果について、当方では責任がとれませんのでご了承ください。

=====

薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報

発行者：漢方の健康堂薬局

発行責任者：長澤昭

<http://www3.ocn.ne.jp/~kenkodo/>

E-mail: <mailto:kenkodo@oregano.ocn.ne.jp>

「薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報」の本文は、著作権により保護されています。

ただ、個人的にお友達に転送することは自由です。その場合、このメルマガの一部だけを転送するのではなくて、全文を転送していただけると、うれしいです。よろしければ、お知り合いの知人、友人に教えてあげてくださいね（商用の場合を除く）。

転載の場合はご一報ください。

=====