

Case 8

教えて! 中山先生!



毎年花粉症に悩まされています
効果的な漢方がありますか?

花粉症対策には体質改善から
今からの準備がオススメ!

花粉症というとまだまだ先の事と思われる方もいますが、花粉症になりにくい体質改善をするには今くらいから始めるのがお勧めです。

中医学では花粉やウイルスから体を守るキーワードに「衛気」というものがあります。「気」の一種ですが、まるで衛兵のように体を守る役目があり、衛気を増やすことが花粉症対策になるのです。

この衛気を増やすために使われる生薬が「黄耆(おうぎ)」です。この黄耆に胃腸の働きを良くする「白朮(びやくじゆつ)」、抗アレルギー作用が期待できる防風を加えたものが「玉屏風散(ぎよくへいふうさん)」という処方です。名前の通り「体の周りに屏風を立てて外邪の侵入を防ぐ」という目的で古くから使われています。

衛気は気的一种ですので、気を消耗する生活は衛気不足を加速させます。睡眠不足、過労、アルコール、たばこなどは気の消耗を加速させるので気をつけなくてはいいけません。

今年は花粉症に苦しまない体質で快適な生活を送れるといいですね。

てんめいどう

天明堂薬局

身体の悩み

まずは電話で相談を

☎028-622-5975

宇都宮市星が丘2-9-25 www.tenmeido.jp/

Profile 中山貴央

薬剤師・国際中医専門員。2009年に国際中医師認定試験に合格。2014年、「全国実力薬局100選」を受賞。