

元氣のヒント

◁30▷



川添 和義

徳島大学病院薬剤部

補完代替医療とは「通常医療にとって代わる医療」という意味で、各種民間療法やアロマセラピー、温泉療法などが相当します。

西洋医学による治療のリスクや限界を克服できるのではないかと期待があるため、最近注目されていますが、その多くは科学的な検証がまだ不十分なのが事実です。しかし、その中でも漢方や鍼灸などの東洋医学は、科学的研究が進んでいるものの一つと言えます。

東洋医学は、広く東アジア圏において日常的に利用されています。日本でも、1967年に初めて漢方薬が保険で利用できるようになって以来、急速に医療現場で用いられるようになりました。

漢方による補完代替療法

漢方という言葉は、江戸時代にはオランダから入ってきた西洋医学を「蘭方」と呼んだのに対し、従来の医学を「漢方」と呼んだのが始まりとされています。中国では現在、古来伝承されてきた医学を「中医学」と呼んでいます。漢方は、起源こそ中国にあります。その後は現代に至るまで数百年にわたってわが

状態や体質判断し処方

冷え性などに高い効果

国で独自に発展し、はぐくまれてきた医学です。実際、漢方処方の中には「紫雪膏」など日本人が考案したものも多く、現在の漢方は中医学とは異なる日本独自の医学といえます。

漢方の診断法は西洋医学と異なり、顔色など外見から診る望診、声や体臭など音やにおいを診る聞診、脈などに触れる切診、そして問診という四つの方法で、病状の状態や体質などを判断して治療処方

使いやすい漢方処方

漢方処方名	適応する症状
加味逍遙散	気分がふさぎがちで、冷えや月経不順、肩こりがある
五苓散	二日酔いなどで吐き気やめまい、下痢がある
大建中湯	お腹が冷えていて、張った感じや痛みがある
当帰四逆加呉茱萸生薑湯	寒さにあたるなどで手足が冷えたり腹痛がしたりする
半夏厚朴湯	気分がふさいで、のどの詰まる感じがする
補中益氣湯	けん怠感や疲労がたまっていて食欲不振がある
六君子湯	ストレスなどで食欲不振、胃痛や吐き気がある

※利用に際しては添付文書をよく読んでください

要な疾患やがんのように漢方利用が困難なものとありますが、補完代替医療の一つである漢方は決して万能ではなく、特徴をよく理解して正しく使うことで、初めて通常医療に代わる高い効果が期待できる医療といえます。

漢方薬は処方せんがなくとも薬局で購入できますので、使いやすいものから試してみると効果がよく分かります。《参考》。ただし医薬品ですので、自分で購入した場合には添付文書をよく読んで利用してください。すでに何かの治療で医師にかかっている方は、必ず主治医と相談してください。問題があると思っ

徳島大学病院では、補完代替医療について

か丸剤や散剤などがあり、現在ではエキス顆粒や錠剤として簡単に利用できるものも多々あります。服用は、基本的に食前または食後2時間後くらいで、エキス剤は白湯に溶かして服用します。飲みにくい場合は顆粒のまま白湯や水で飲んでかまいません。

◇

徳島大学病院お薬相談室
電話088(633)796
0は、月々金曜の午前9時から正午まで。