

# キタバ



## 第15回 通信

# 漢方薬についてののお話

漢方治療のいいところ

漢方薬の上手な飲み方

具体的な飲み方

漢方医学には、西洋医学と違う独自の治療方針があります。たとえば、西洋医学では、病気の原因を探し出しその原因を取り除く治療をしますが、漢方医学では、病気を「バランスの乱れ」と考え漢方でからだ全体のバランスを整える治療を行い、結果症状を改善していきます。西洋医学では、気づかない病態に気づき治療することができ、西洋医学漢方医学を上手に使い分けて相乗効果を期待します。



エキス製剤は、お湯に溶かして飲む事をおすすめします。そもそも漢方薬は生薬を煮出す煎じ薬で、エキス剤はそれを顆粒状に加工したものです。本来の煎じ薬に近い形で飲んだ方が、より高い効果が期待できるからです。また、西洋薬は食後に飲むことが多いですが、漢方薬は食前または食間(食事と食事の間)に飲むのが一般的。ただし胃腸が弱い人は、食後に飲む事をおすすめします。漢方薬は、毎日飲むことで効果を発揮することが、多いのですが症状のあるときだけ服用するものもありますので、医師の指示

初期の風邪薬として有名な葛根湯の場合、熱めのお湯で溶かして冷めないうちに飲み体を温めるようにします。服用後布団をかぶって安静にし、じつくり汗をだすと回復が早まります。また、こむら返りの痛み効果がある芍薬甘草湯の場合、夜寝る前に一包飲みます。こむら返りは就寝中に起こることが多いので、あらかじめ飲んでおくことで痛みを防ぐ事ができます。

キタバ薬局  
薬剤師 寺田信太郎

- キタバ薬局  
メディカルスクエア店 富田林市向陽台2-1-12 0721-28-7423  
津々山台店 富田林市津々山台2丁目10-1-104 0721-40-2267  
河内長野野店 河内長野市西之山町7-2 0721-50-0085  
金剛西口店 大阪狭山市半田1丁目622-1 072-366-0131  
西山台店 大阪狭山市西山台3-5-16 072-365-0399
- キタバ  
エコーロゼ店 富田林市向陽台3-1-1 0721-28-3654  
向陽台店 富田林市向陽台2-1-12 0721-28-3479  
河内長野野店 河内長野市西之山町7-2 0721-50-0016