先人に学ぶ 薬草との付き合い方

健康コラム

京都薬科大 薬学部生薬学分野 教授
松田 久司 氏

おり、風邪のひき始めに飲まれる粉薬の葛根湯は、煎じてから粉末状にしたエキス剤ですが、このような漢方エキス剤は日本で開発されたものです。診断は西洋医学、治療は漢方で行う医師もおり、現在は医療用で148種類、一般用で約300種類もの漢方薬があります。

■漢方薬の使用法

一般的な薬剤は症状に合わせて複数使用するため、副作用や飲み合わせに注意しなければなりません。漢方薬も薬なので副作用に注意する必要がありますが、体質や症状に合わせて処方することで最大の効果と最小限の副作用で済ませることができます。風邪をひき汗が止まって頭背部が凝ってくるときは葛根湯、鼻のまま用いるよりも体を温める作用が強くなるとされています。辛い物や苦い物、香りのいい物は食欲を改善させます。代表的なものは、カレーに配合されている香辛料や唐辛子で、他にも苦味のあるセンブリやミカンの皮などのかんきつ類があります。桂皮はシナモンのことで、食欲改善や発汗、解熱作用があります。薬草に簡単な加工を加えた生薬には、朝鮮（高麗）ニンジン、おなかの機能回復に効果があるサンショウなどが注目されており、いずれも漢方薬の原料として使われます。漢方とはもともと中国から伝わってきた医学という意味です。予防薬というよりは、すでに調子が悪い人を治療するために使用されます。冷え性、おなかが弱いといった原因がはっきりしていなくても体に表れる症状で処方できるのが特徴です。今では中国と日本とでは処方の仕方が少し異なっています。小青竜湯、寒気が強い場合は麻黄附子細辛湯があります。

■まずは医師や薬剤師に相談を

高齢化社会の到来により、漢方薬はますます医療分野での使用が期待されています。市販の物を自分で体質や症状に応じて組み合わせるのは難しいので、漢方を専門としている医師や薬剤師に相談して服用してください。相談に乗る際、表情や声、最近の体調、精神状態など患者を取り巻く環境を考慮して最も症状に合った処方を決めます。すべての疾患が漢方薬で改善するわけではないので、医療機関での受診を勧められたときは漢方だけを頼らず受診してください。当大学では薬用植物園を2カ所有し、薬草を栽培しています。大学近くの御陵園では、春と秋に一般公開を行っているので、興味がある方は一度見に来てください。

バックナンバーはインターネットURL https://pr.kyoto-np.jp/guide/medical/ で見ることができます。

京都新聞社
The Kyoto Shimbun Co.,Ltd.

©京都新聞社 無断複製・転載を禁じます