

# 教えて！！漢方&鍼灸「これも漢方 あれも漢方 たぶん漢方 きっと漢方（後編）」

附属東洋医学研究所  
助教 大谷かほり

## 教えて！！漢方&鍼灸



### ～これも漢方 あれも漢方 たぶん漢方 きっと漢方（後編）～

先月号に続いて後編です。タイトルからメロディーが流れましたでしょうか？わかるのはその世代～♪『愛の水中花』は筆者ではなく筆者の親世代です。サビだけ記憶していて歌のタイトルは知りませんでした。今回初めて五木寛之さんの作詞と知って驚きました（作詞家でもあることを知りませんでした）。五木さんは独自の養生法を実践されていますが、たぶん漢方とは別物です。

#### 1. たぶん漢方

「良薬口に苦し」は春秋時代に生きた孔子の言葉。漢方最古の医学書の1つである『神農本草経』ができたのは、更に500年以上後です。春秋時代の薬については不明ですが、漢方薬の原型ができていた可能性は十分あります。漢方は苦い、飲みにくいと思われがちですが実はそうでもなく、ドライシロップの後味の苦さよりも漢方薬の方が苦くないという子供もいます（実際、大人でも「ウゲツ」となります、メ〇〇〇トMSとか、ク〇〇スとか...）。孔子の飲んだ薬は何だったのでしょ。



#### 2. きっと漢方



日本人は薬好きと言われるくらい、内服薬が好まれます。診察だけで薬がないと文句を言われてしまうこともある程です。更には「旅行に行くので、子供が熱を出さないようにあらかじめ薬をもらいたいんですけど」とか、「受験前なので風邪ひかないように風邪薬出してください」などと言われることもあります。小児科あるあるですが、普通は風邪薬＝鎮咳去痰薬や抗菌薬なので、症状がないうちから飲んでも無意味です。抗菌薬に至っては、バリアになってくれる常在菌を殺してしまったり耐性菌を作ったりで逆効果です。あらかじめ飲む薬なんてあるわけない、何でこんなに薬好きが多いのかと、漢方を知る前は思っていました。

しかし漢方薬にはあったのです、ちょっと変だなという時にあらかじめ飲む薬が！葛根湯や桂枝湯は本格的な風邪症状が出る前、体を冷やしてしまったとか、ぞくとした時から使う処方、上手に使うと本当に風邪になりません。また、普段から服用して風邪をひきやすい体質を改善する処方色々あります。昔の日本では漢方薬や、生薬を含む民間の置き薬が主流でしたから、気軽に薬を飲んでいた...のかも知れませんがね。

8月号は「鍼灸で妊娠力アップ？」です。

