

ココロとカラダ
に優しい

龍虎堂薬局に
聞きました

漢方のチカラ

Vol.28
物忘れ

Q え〜と、あれ、あれ…。何だっけ？
最近、物忘れが酷くて困っています。

A 度を越せば仕事や日常生活に支障もある物忘れ。若い人にも深刻な物忘れに悩む人が増えているそうです。

脳は全身の血液の15%を必要とし、酸素消費量は20%をも占める血液が大好きな臓器です。血液の供給不足や血行不良だと脳が十分に働かず、一種の記憶障害＝物忘れがおこります。
中年以降の症状と思われるが、脳が養われていないのは誰にでも起こりうるものなのです。
中医学では物忘れの原因をいくつかに分けて考えられます。下の3つは、いずれも将来認知症につながる恐れもある体質。甘く見てはいけません。



龍虎堂薬局
日本不妊カウンセリング学会認定
不妊カウンセラー
夏莉電子 夏莉電子

NBCラジオでも
お話ししてきました。

しっかりと脳血流を確保し腎を補うことは、物忘れの改善と認知症の予防にもつながります。お店ではお薬と共に生活養生や食養生などもアドバイスしています。気になる症状がある方は、今のうちに改善しておくことをオススメします。ご相談下さい！

漢方と養生について
アドバイザーいただきました。

物忘れを甘く見ることなかれ!

- 頭がぼーっとする
- 疲れやすい、立ちくらみ
- 不安感、不眠、動悸

え〜と。え〜と…

エネルギー・血液不足の

気血両虚

タイプ



若年性の物忘れの多くがこのタイプです。長時間の頭脳労働や睡眠不足・過労での気血の消耗や、胃腸虚弱で気血を作り出す力が弱いと脳を養えず、物忘れや記憶力の低下につながります。

上記症状のほか、月経過多や不正出血・あざが出来やすいなど出血傾向を伴うことも。気血を補い、栄養を届けることで脳や心身がイキイキとよみがえります。

オススメは

心脾顆粒
(しんぴかりゅう)



- 頭痛もち・肩こり
- 生理痛や血塊がある
- 生活習慣病
(高血圧・高脂血症など) など

え〜。思い出せない!

血行不良の

瘀血

タイプ



脳は血液が大好きな臓器。血行不良体質は、脳に十分な血液が届かず物忘れに陥りやすい状態なのです。脳血流が悪い訳ですから、将来脳梗塞や脳血管性認知症になる危険性大!

血液のドロドロを取り除き流れを良くする「活血化瘀薬」で早めの対策をオススメします。甘い物や油ものを控えて、ねぎ類や青魚を摂るようにしてください。

オススメは

冠元顆粒
温胆湯 など

(かんげんかりゅう・うんたんとう)



- 50代以上
- 足腰が痛む、だるい
- 聴力の低下、尿トラブル

あら、嫌だわー。年から…

加齢が原因の

腎虚

タイプ



脳や骨や耳・泌尿器などと深い関係がある「腎」が加齢と共に弱ってくると、さまざまな老化症状があらわれます。物忘れは代表的な腎虚症状の1つ。

「若返りの薬」とされる補腎薬で弱った脳髓を養いましょう! ●甘い物好き ●腎を補う食べ物(貝・海藻類・豆類など)を摂らない ●運動をしない人は、年齢以上に腎虚が進みますのでご注意ください!

オススメは

参茸補血丸
杞菊顆粒 など

(さんじょうほけつがん・こぎかりゅう)



漢方薬と生活養生で脳活力を取り戻そう!

夏莉先生のコラムもCHECK!

中国漢方による周期調節法で 子宝相談中!

子宝相談

第130回

「雲外蒼天 結婚15年目、待望の妊娠」

38才のSさん。学生時代ががんが見つかり、1年間の抗がん剤治療経験がありました。生理・排卵は順調にあり、23才で結婚。10年以上もの間子宝を望みながら授からず、遠方から相談にみえたのは3年前の夏。体調をうかがうと、酷い生理痛に大きな血塊、寝るのは深夜2時で睡眠の質も悪く、イライラ・憂うつ、いつも眠くだるい、立ちくらみ、動悸、じんましんに慢性鼻炎に冷え症。慢性的な頭痛と肩こり、耳鳴り、便秘にゲップやガス…。ありとあらゆる症状は「全身からの悲鳴」で子宝相談どころではない状況を示していました。

まずは根本的な体質改善を優先し、補気養血・活血薬を中心とした漢方薬の服用と夜更かしなど生活習慣を見直すことをお願いしました。半年

もすると随分改善したため、生理周期に併せて薬を飲み分ける「周期調節法」をはじめました。それから更に半年後、基礎体温もよくなってきたので不妊治療との併用を提案しました。早速、地元の特門病院を受診したところ「抗がん剤治療と年齢からAMH(卵子の残存数を示すホルモン)が1.1と低く、妊娠力が低下している。」との診断で体外受精をすることに。

漢方を服用して丸1年の秋、採卵を2度続けて実施。2度目の移植で陽性反応が出ましたが、残念ながら子宮外妊娠で手術することに。心身が落ち着いた翌春、3度目の移植も結果は陰性。「子宮腺筋症から、子宮がボール状に腫れている」ため生理を止め、着床環

境を改善することになりました。この4ヶ月間は内膜症治療を補助する漢方(清熱解毒・活血薬)を中心に併用し、子宮の腫れが引いたところで4度目の移植→昨年末、無事着床したとの連絡が。さまざまなことを克服し、結婚15年目にして待望の妊娠でした。

現在は安胎薬を服用しながら、大事に経過を見ています。「先日5ヶ月検診でした。元気に育っています。心身ともにサポートして頂いたおかげです。」と嬉しいメールを頂きました。出産予定は夏ごろ。私も元気な赤ちゃんと会えることを楽しみにしています!

日本不妊カウンセリング学会認定カウンセラー 夏莉電子

龍虎堂薬局

営業時間/9:30~19:00 休/日曜・月曜 P有り
西彼杵郡長与町嬢里郷1170-5

☎ 095-883-4300

龍虎堂薬局 検索

漢方相談はご予約下さい!!

