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. 48

花粉症（鼻炎）になる人！ならない人！

気になるカラダの悩み Q&A

Q 昔はなかったのに、数年前から花粉症に…。花粉症って治らないの？

A 花粉症は身体の機能低下の一つです！体内システムを正常に戻せば治りますよ!!

花粉の量が話題になりますが、花粉にさらされても症状の出る人と出ない人が居ます。何故でしょうか？

その違いは衛気(えき)！人は体内に海を持っていると言われます。海（体液）の一つは血液、もう一つはリンパ液です。毛細血管から栄養や白血球を含んだ組織液が漏れ出して細胞を養い、老廃物を回収し大部分は静脈に入ります。この組織液がリンパ液です。血管と違いリンパ管の末梢はリンパ液を吸収するために端はホース状に開いてます。従ってリンパ液の吸収が悪いと浮腫や鼻炎など水分代謝の異常に繋がります。また、リンパ管が吸い込める以上の水分を摂った場合も同じです。

中医学ではリンパを「衛気」といい皮膚や腸粘膜を守る働きを指します。衛気が弱ると鼻炎や下痢に繋がるのはこのためです。

漢方と養生についてアドバイスをいただきました。

龍虎堂薬局

薬剤師 夏苅和子 なつかり かずこ

日本不妊カウンセリング学会認定 不妊カウンセラー 夏苅竜子 なつかり りょうこ

花粉症になる原因を知ろう！

花粉症にならない人

- 粘膜の材料の緑黄色野菜を毎日摂っている
- お茶やコーヒーなどの水分を適度に摂っている
- 冷たい飲み物のがぶ飲みはしない
- 偏食はない
- 毎日運動をしている
- 遅くとも0時までに就寝しグッスリ眠れる

リンパの流れは骨格筋の筋ポンプや呼吸に伴う呼吸ポンプで促進されるので、運動は効果的！リンパ管は体表を巡っているので、皮膚や筋などへのマッサージなど外部からの刺激も有効です。

花粉症になる人

肺系の弱い人

- 野菜嫌い
- 飲み物をしょっちゅう飲む
- 香辛料を摂らない
- 風邪ひきやすい
- 運動をしない
- 寒がり、汗かき
- 咳、痰が多い
- 顔色は白っぽい

粘膜と粘液が正常でないと花粉やウィルス、冷えなどが身体に侵入しアレルギー反応などを起こします。また皮膚や肺から蒸散できる以上の水分摂取が鼻炎の元に。

オススメの漢方薬

・衛益顆粒（えいえきかりゅう）

胃腸の弱い人

- 飲み物をしょっちゅう飲む
- 甘党、生ものが多い
- 酸っぱいものが嫌い
- 野菜嫌い
- 運動が嫌い
- 寝る時間が遅い
- 肌や内臓がたるみがち
- 顔色は黄色っぽい

胃腸には消化物がドロドロの粥状で溜まっています。これを腸に運んで余分な水分を吸収するのには「気（エネルギー）」が必要です。胃腸が弱いとこの「気」を作る力も弱くなります。

オススメの漢方薬

・健脾散（けんぴさん）

あなたの体質、治すなら今!ご相談下さい!

中国漢方による周期調節法で子宝相談中！

子宝相談

第142回

瘀血は妊娠の大敵です!

～移植の前に漢方で子宮内膜をきれいに!～

35才の女性、結婚9年、自然妊娠で出来たお子さんが5才になります。2人目が欲しいがタイミングだけではなかなか妊娠には至らず不妊治療を開始。多嚢胞性卵巣と高PRLとのことでテルロンを服用、精子の運動率が低く顕微受精をする事になりました。多嚢胞ですから卵胞は16個も取れ10個受精しました。胚盤胞になった6個を凍結。2ヶ月後に移植し、陽性は出たものの胎嚢は見えませんでした。次の移植日が決まり、漢方で出来る事をしておきたいと来店されました。

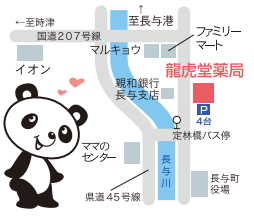
生理前に下腹の痛みと月経痛があり、月経血が紫暗でレバー状の大きな塊があり瘀血があります。手足の冷えやお腹が冷たい自覚があり、「宮寒」という子宮の血流が悪くて冷えた状態です。このままでは次の移植も妊娠には至らないかも知れません。肩こりや生理前のイライラ、偏頭痛もあり体温表もギザギザで肝鬱もあります。

移植が目的なので子宮内膜をきれいに温かくする事だけを考え、補血活血の婦宝当帰膠と瘀血を改善する冠元顆粒、リラックスの逍遥丸を飲んで頂きました。

その周期に移植、何とhcgがドンドン上がり無事に妊娠！つわりを乗り越え体調も落ち着き、緑の濃い野菜や海藻をしっかり摂りながら日々食養生に努めていると「平均より少し大きい」と喜びの声。

子宮は温かくきれいでないと赤ちゃんは住んではくれませんよ！月経血が赤くない、月経痛がある方は、まずご相談下さい。

薬剤師　夏苅 和子



龍虎堂薬局

営業時間／9:30～19:00　休／日曜・月曜　P有り

西彼杵郡長与町嬉里郷1170-5

☎095-883-4300

龍虎堂薬局　検索

漢方相談はご予約下さい！ facebook更新中！