

長尾医師が頼っている漢方

葛根湯

●カコントウ
風邪の引き始めに服用

小青竜湯

●ショウセイリュウトウ
鼻水が出始めたら飲む

麻黄附子細辛湯

●マオウブシサイントウ
鼻がグズグズするなど風邪の初期症状に服用

芍薬甘草湯

●シャクヤクカンソウトウ
こむら返りになった時に

半夏厚朴湯

●ハンゲコウボクトウ
喉のつかえを感じた時に



長尾和宏(内科)

60歳。長尾クリニック院長。
「日本尊厳死協会」副理事長・関西支部長などを兼務。
東京医科大学卒業後、聖徒病院、大阪市立芦屋病院内科勤務を経て現職。

と考えると、西洋医学ではそれぞれ別の薬を処方しなくてはなりません。漢方なら牛車腎気丸だけで済む。現在、問題になっている多剤処方の問題も「漢方への置き換え」で解消できる部分があると考えています。

私は「風邪にかかったかな」と思った時にはまず葛根湯を飲みます。そしてウォーキングなどで少し汗をかいて風呂に入る。翌日に症状が残ってれば、今度は小青竜湯を飲みます。ほとんどの場合、これだけで症状が治まります。

この2つの漢方薬には発汗・解

熱、体内の水分代謝を促す作用がある。常に手元にストックを置き、在宅患者やご家族が鼻を吸っていたりした時はお渡しするようにしています。年配の人には麻黄附子細辛湯を勧めていますね。

漢方のいいところは数種から10数種類の生薬の合剤であるため、複数の効果が期待できることです。たとえば腰痛、頻尿、かすみ目といった症状に、西洋医学ではそれぞれ別の薬を処方しなくてはなりません。漢方なら牛車腎気丸だけで済む。現在、問題になっている多剤処方の問題も「漢方への置き換え」で解消できる部分があると

風邪気味の時に葛根湯と小青竜湯