

長尾医師が頼っている漢方

葛根湯

◎カッコントウ
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

◎マオウブシサイシントウ
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。

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いれば、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

子細辛湯を勧めています。

漢方のいいところは数種から10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が、漢方なら牛車腎気丸だけでも済む。現在、問題になつてゐ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。

風邪気味の時に葛根湯と小青竜湯