

ら・さんて

よみうり健康ブック

La Santé

*ら・さんてはフランス語で「健康」の意

読売新聞「医療ルネサンス」と連動企画

2008
November
vol.03



ら・さんて Human Story
第3回 廣瀬浩志さん

特集

このものの忘れは
ただごとじゃない。

綴じ込み付録
脳ストレッチ



読売新聞



漢方の見方 ③ 慶応義塾大学医学部漢方医学センター ● 渡辺賢治

「気」が滞ることので起こる「気うつ」



滞った「気」を
再び巡らせるには

半夏厚朴湯

対象となる症状

不安神経症、神経性胃
炎、つわり、せき、しわ
がれ声、神経性食道狭
窄症、不眠症

組成

半夏、茯苓、厚朴、蘇
葉、生姜



漢方薬には、陰干して乾燥
させたものを使用します。

梅干しでおなじみの蘇葉=シソの葉は、「半夏厚朴湯」
や「香蘇散」に使用される生薬。人を蘇らせるので「蘇」
の字が使われているとか。

う

つが社会的問題になってい
るが、漢方でも古くからこ
うした症状はよく知られていた。
原因は「気」が巡らなくなつてし
まうためと考えられた。

「気」はつねに動いて体を巡つ
ているのが特徴である。気が巡ら
なくなると多彩な症状を呈す。頭
重感、咽喉がつまる、胸苦しい、
不眠、四肢倦怠感などである。

こうした場合、漢方薬では香蘇
散、半夏厚朴湯、大小承気湯など
で対応する。香蘇散は加藤清正が
秀吉の朝鮮出兵の際に兵士に飲ま
せたことで知られている。気の巡
りをよくすることは肩こりや寝違
えにも効果的で、回首散という名
の薬もあるくらいだ。気持ちを
ゆつたりさせ、気分転換をうまく
して、凝っている局所をよく温め
てあげることが重要である。

わたなべ・けんじ 慶応義塾大学医学部漢
方医学センター、センター長。日本東洋医学
会理事、指導医、専門医。