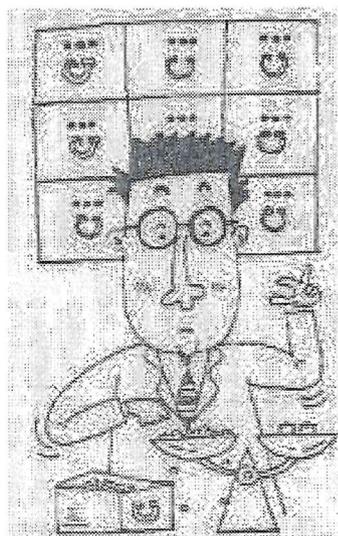


# 漢方薬のしおり

## — 目 次 —

	ページ
① 漢方薬を初めてお飲みになる方へ	1
② 煎じ方	2
③ 服用方法	3
④ 服用困難な場合	5
⑤ 他の薬との併用	5
⑥ 保存・保管方法	6
⑦ 漢方薬の剤型と特徴	7
⑧ 漢方薬の名前(処方名)の読み方	8
⑨ 漢方薬の香り、味、形	9
⑩ 外用剤を口に入れた時の対応	9



北里研究所東洋医学総合研究所

～ 薬 剤 部 編 ～

電話 (直通03-5791-6167)

## ① 漢方薬を初めてお飲みになる方へ

当研究所では、おもに煎じ薬による漢方治療を行っています。患者様が漢方薬（煎じ薬）の特徴、煎じ方や服用方法をよく理解し、安心してお薬を服用することが出来ればと考えております。この『漢方薬のしおり』は漢方治療の手助けとしてご活用下さい。

### ○ 煎じ薬を服用したいのですが、外出や外泊する時はどのようにしたらよいですか？

#### < 外出時 >

1日分を2回に分けて服用して下さい。但し服用間隔は4時間以上にして下さい。冬期（11～3月までの寒い時期）ならば1回分を容器に入れて持ち歩いてかまいませんが、暖かい時期（4～10月）は薬の変質に注意して下さい。

#### < 外泊時 >

冷蔵庫に煎じ薬を保管出来るならば、2日分を煎じてお持ちいただけますが、薬の変質に注意して下さい。

#### < 携帯用 >

煎じ薬と同じタイプの粉薬もご用意出来ます。煎じ薬と同じ内容の粉薬がない場合は、煎じ薬に近いものを組み合わせています。

### ○ 次回の予約までに途中でお薬が無くなってしまいますが・・・？

お薬は原則として35日までお出しできます（薬のみの場合は30日まで）。なぜならば漢方薬はより新鮮なものの方が風味、効能・効果を期待できるからです。しかし次回の予約までの間が35日以上になる方は、「薬のみ」「郵送」という方法がありますので、詳しくは外来窓口におたずね下さい。

お薬は、新鮮なうちに服用するように心がけましょう。

保管方法は、この『漢方薬のしおり』の保管方法（P7）をご参照下さい。

### ○ 漢方薬の特有なにおいや味で服用できるかが心配ですが・・・？

お薬のにおいや味は、処方内容や患者様の体調や症状によって異なります。はじめは服用しづらくても、徐々に慣れてきます。もし服用ができない場合は薬剤師が服用方法をアドバイスいたしますので、ご相談下さい。

服用方法は、この『漢方薬のしおり』の服用困難な場合（P6）をご参照下さい。

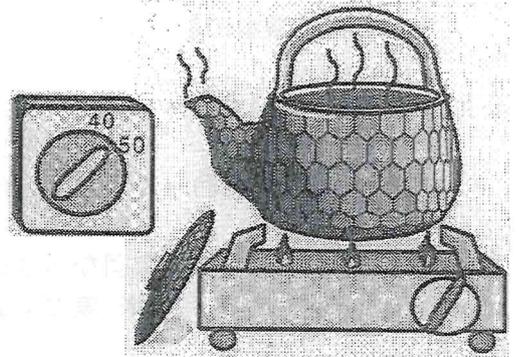
ご質問がございましたら遠慮なくスタッフにおたずね下さい。

## ② 煎じ方

ポイント→始めから終わりまで、一定の火加減で煎じます。  
調理用タイマーを使用すると便利です。

煎じ時間 ・火（スイッチ）にかけてからの時間です。

加熱方法 ・ガスの場合は、最初からとろ火にして煎じます。  
（10分ぐらいで沸騰するような火加減）  
・電熱器の場合は、600Wで煎じます。



煎じる容器 ・土瓶やステンレス、耐熱ガラス、ホーロー（大きなきずのないもの）等のやかん、なべ類をお使い下さい。  
・ふきこぼれないように、容器の口が小さい時はフタを外し、大きい時は半分ぐらいずらして煎じて下さい。  
・自動煎じ器をご使用になる場合は、薬剤師におたずね下さい。

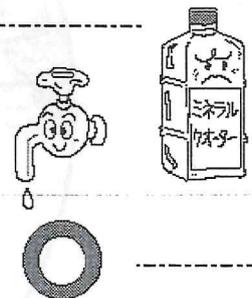
☆ 煎じ上がったらすぐにカスをこして下さい。冷めてからカスをこすとカスがふやけてお薬の抽出が悪くなります。

☆ 煎じる時間は朝昼タいつでもかまいませんが、煎じた時に1回分をお飲み下さい。お勤めの方は、夕方（夜）煎じた時に1回分服用し、残りを翌朝服用（1日2回）すると便利です。

火元と火傷には十分に注意をして下さい。

Q：浄化水やミネラルウォーター、イオン水を使ってもよいですか？

A：硬質のミネラルウォーターやイオン水は、お薬の成分の抽出を妨げる可能性がある為ご使用は避けて下さい。  
浄化水（浄水器を通した水）やミネラル成分が水道水に近いミネラルウォーターの使用はかまいません。



Q：煎じ薬をティーパックのような袋に入れて煎じてもいいですか？

A：小さい袋ですと水の流通が悪く成分が十分に抽出されません。袋を使用する場合は十分な大きさのあるもの（薬の容量の3倍以上）をお使い下さい。

Q：カスをこした後の底に沈んだ部分を服用した方がよいですか？

A：生薬の中には粉末状のものがあります。これらはカスを漉した後でも時間が経つと沈殿物として残ることがあります。服用しても害にはなりません、お薬の成分は煎じ液の方に抽出されているので、特に服用する必要はありません。



Q：煎じたお薬が、半量にならない場合はどうしたらよいですか？

A：出来上がり液量300mlの場合は、約250～350 mlならそのまま服用します。  
(出来上がり液量の前後約50mlならばそのまま服用してもかまいません)

出来上がり液量の多い場合→カスと一緒にして再び約5～10分ほど煎じます。

次回からは火加減をもう少し強くして煎じます。

少ない場合→カスに不足分の水を加えて再び約5分ほど強火で沸騰させ、先にこした煎じ液と合わせて服用します。

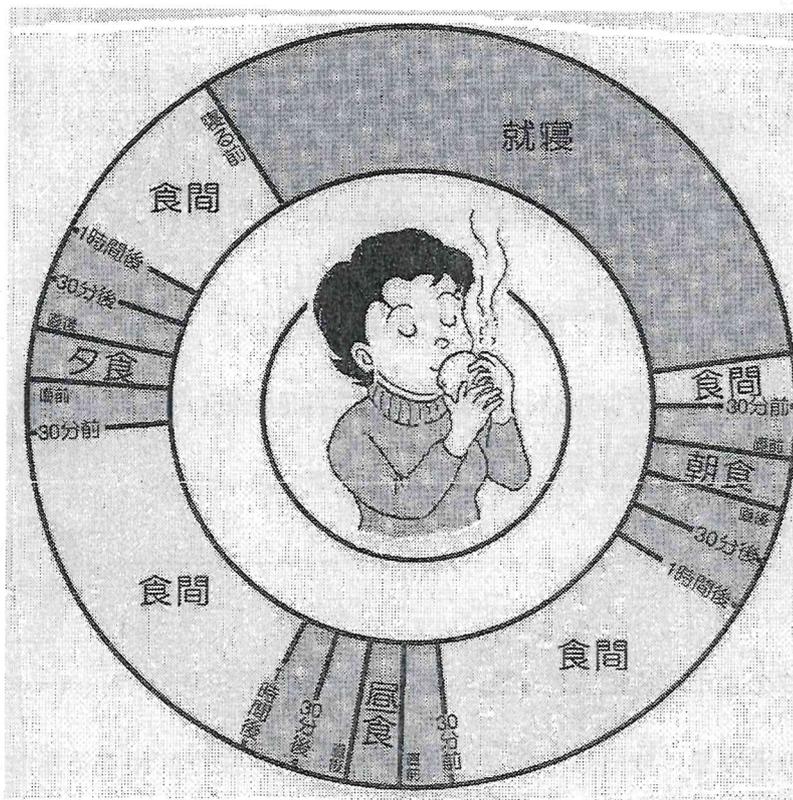
次回からは火加減を弱くするか、最初の水量を少し増やします。

※ 焦げたお薬は、服用しないで下さい。

### ③ 服用方法

## 生活リズムと漢方薬服用時間表

円の余白にご自分の生活リズムに合わせて服用時間を書き込んで下さい。



規則正しい生活を心がけ、漢方薬を服用する時間も決めましょう！

漢方薬の服用時間は、一般的に食間（食事と食事の間）または空腹時としています。

そのわけは漢方薬の吸収がよいことと、食事の内容との相互作用が起こらないようにするためです。空腹時に服用すると胃腸に影響する方は、食後に服用してもかまいません。

しかし服用時間をあまり厳密にしなくてもよいとされています。

ご自分の生活リズムに合わせて毎日服用することが大切です。

**服用時間**：指示通りに服用します。場合により、多少前後してもかまいません。

食 間 = 食事の後1時間から次の食事の30分前までに服用

食前30分 = 食事の30分ぐらい前に服用（胃の中に食物がない状態）

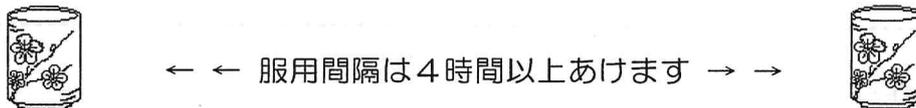
食後30分 = 食事の30分ぐらい後に服用（胃の中に食物が入っている状態）

☆お薬を服用した後にお茶やコーヒーなどをお飲みになる場合は、時間を30分以上あけて下さい。

**服用回数**：指示通りに服用します。必ず2回以上に分けて下さい。



☆ 服用を忘れた時は、気づいた時点で服用します。但し次の服用時間が4時間以内の場合は休薬するかもしくは、次の服用時間を少しずらして下さい。



☆ 頓服とは、症状のある時に服用します。服用間隔を4時間以上あけて下さい。

**服用温度**：薬袋に記載してある指示に従い服用します。

温 服→煎じ薬：冷蔵庫に保管した煎じ液を電子レンジあるいはガスで人肌程度に温めて服用します。また熱湯を加えて温めてもかまいません。外出先などで温められない時は室温でもかまいません。

エキス：湯飲み半分から一杯の熱湯でよく溶かして、少し冷まして服用します。完全に溶けていない時は、よくかき混ぜて服用します。熱湯が用意できない場合と、飲みにくい場合は、白湯か水でそのまま服用してもかまいません。オブラートのようなものを用いてもかまいません。

冷 服→煎じ薬：冷蔵庫に保管してある煎じ液をそのまま服用します。

エキス：水でそのまま服用します。

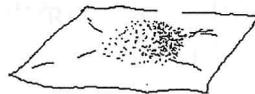
冷服可→ 基本的に漢方薬は温服ですが、冷服でも良いという意味です。

#### ④ 服用困難な場合

漢方薬特有のにおいや味で服用しづらい場合もありますが、徐々に慣れてきます。もしどうしても服用ができない場合には薬剤師が服用方法をアドバイスいたしますので、ご相談下さい。

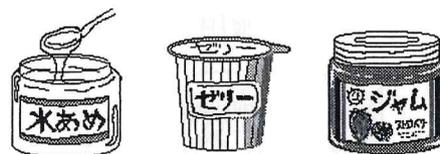
煎じ薬：少しお湯で薄め、数回に分けて服用して下さい。後味が気になればうがいをしたり、アメをなめたりしてもかまいません。

エキス：オブラートに包んで服用して下さい。



#### 小児に対して・・・治療上問題がない場合

砂糖やハチミツ、乳酸菌飲料水など好みの飲料水に混ぜたり、ゼリーにしたりして服用させて下さい。但し混ぜた状態での保存は避けてください。ハチミツは1歳未満のお子様には与えないで下さい。下痢をすることがあります。



またミルクに溶かして、服用させるとミルク自体を嫌う可能性があるため特に指示がない場合はなるべくミルクには混ぜないでください。

ポイント：物心の付いた年齢に達しているならば服用の重要性を親から子へ言い聞かせ理解させることも大切です。

#### <漢方ゼリーの作り方>

1. 煎じ上がった液300mlに対してゼライス（ゼラチンパウダー）1袋（5g）を加える。
2. 熱いうちに良くかき混ぜ、冷蔵庫で冷やす。
3. 好みに味を付けてもかまいません。

ポイント：漢方薬特有の味がマスキングされます。

また寝たままでも服用することができます。

#### ⑤ 他の薬との併用

病気や症状、お薬の種類により併用の可否が異なります。お薬を持参し、医師または薬剤師に相談して下さい。その結果問題がなければ、漢方薬と30分以上をあけて服用して下さい。



漢方薬  
(煎じ薬)

併用可能ならば  
←← 30分以上 →→



漢方薬  
(風邪用・頭痛用など)

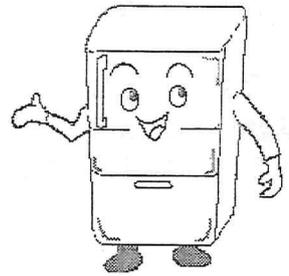


西洋薬

民間薬や健康食品等については、漢方薬と成分が重複することもありますので、服用する場合には、医師または薬剤師に相談して下さい。

## ◎ 保存・保管方法

煎じ薬：生薬は天然物を乾燥させたものでドライフルーツと同じように考えられます。風通しの良い涼しい場所に保管して下さい。冬季以外の4～10月は必ず冷蔵庫に保管して下さい。



Q：以前いただいたお薬が残っていますが、服用してもよいですか？

A：保存の状態や期間により異なります。薬剤師にお尋ね下さい。また漢方薬は患者様の症状に対してのお薬ですので、現在の症状に合うかどうかについては、医師にご相談下さい。

Q：漢方薬の中に虫が入っていたり、農薬に汚染されているという心配はありませんか？

A：漢方薬の品質には万全を期していますので、ご安心下さい。ただし漢方薬の中には糸を引いたり、カビに見えたりする生薬もあります。ただし、保管状態が悪いと虫やカビがわくこともあります。

湯液：煎じた薬はスープと同じようなものです。新鮮な方が風味・効能も良いです。冷蔵庫に保管し、24時間以内に服用して下さい。

Q：煎じた薬をポットに入れてもよいですか？

A：半日くらいでしたら差し支えありませんが、あまり長時間になるといたみやすい状態になることがあります。

エキス剤：インスタントコーヒーと同じ製法でつくられ、湿気を吸うと固まり変色します。缶やタッパーなどの密閉容器に乾燥剤と一緒に保管して下さい。

Q：固まってしまったエキス剤は、服用してもよいですか？

A：湿気を吸って少し色が変わっても、サラサラした状態であれば服用してもかまいません。固まったり、液状に溶け始めているものは服用できません。

他の内服薬：直射日光は避け、湿気の少ない場所（夏季は冷蔵庫）に保管して下さい。

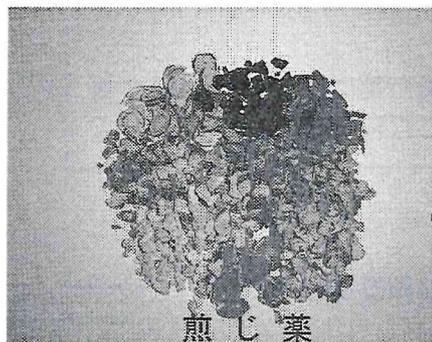
外用薬：直射日光は避け、湿気の少ない場所（夏季は冷蔵庫）に保管して下さい。

※お薬は、お子様の手の届かないところに保管して下さい。

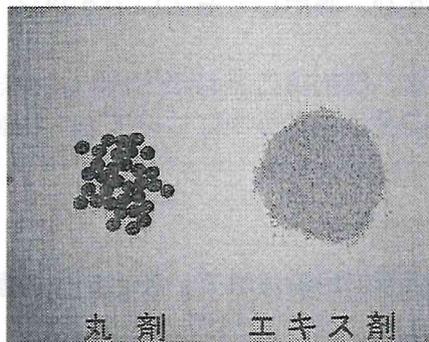


## ⑦ 漢方薬の剤型と特徴

当研究所でお出ししている漢方薬は原則として、煎じ薬・散剤・丸剤など伝統的な剤形をそのまま踏襲しています。また内服だけでなく外用剤（軟膏）もあります。最近はエキス製剤（フリーズドライ）も用いられています。

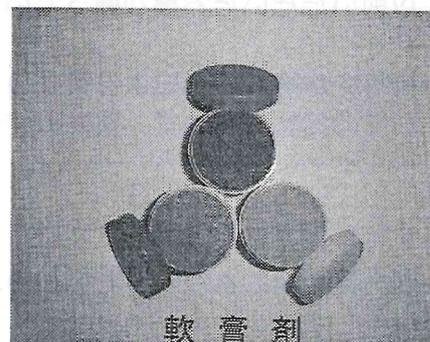


煎じ薬



丸剤

エキス剤



軟膏剤

**湯 剤**：煎じ薬のことで、生薬をお水で土瓶などに入れ煮詰めて服用します。

**散 剤**：生薬を粉末にして混ぜたものです。白湯やお水で服用します。

**丸 剤**：生薬を粉末にして混ぜたものをハチミツなどの賦形剤を加えて丸く練り固めたものです。白湯やお水で服用します。

**エキス剤**：湯剤・散剤・丸剤中の成分を濃縮したものです。液体状のものや顆粒状のものがあります。当薬剤部は顆粒状のものを使用しています。

**軟膏剤**：生薬をゴマ油などで抽出しワセリンなどで半固形にしたものです。患部に塗布します。

Q：煎じ薬とエキス剤では効果に違いがありますか？

A：最近は医療用漢方薬はエキス製剤が普及し、携帯に便利で煎じる手間がかからないという利点があります。しかし当研究所では個々の患者に合ったオーダーメイドの煎じ薬を用いています。

なぜなら

1. 煎じ薬は色々な症状に対してさじ加減ができる。
2. 煎じ薬を構成する生薬の品質管理ができる。

**煎じ薬**→基本処方生薬の分量加減、新たな生薬の加味、他の処方との組み合わせなどによって個々の患者様の体質や症状に合わせたオーダーメイドの薬です。

**エキス剤**→基本処方生薬の分量が決まっておりますが、患者様の体質にきめ細かく対応できるように、工夫して調剤を行っています。

⑩ 漢方薬の名前（処方名）の読み方

薬袋に、お薬の名前（処方名）を記載しています。ご参照下さい。

黄連解毒湯 オウレンゲドクトウ : 処方名を漢字で示し、その下にカタカナでフリガナをふっています。

黄連解毒湯 合 抑肝散料 オウレンゲドクトウ ヨクカンサンリョウ : 2種類以上の処方をあわせる場合は、合（ゴウ）で表します。

黄連解毒湯 加 石膏 オウレンゲドクトウ セッコウ : 基本処方にさらに生薬を加える場合は、加（カ）で表します。

黄連解毒湯 去 山梔子 オウレンゲドクトウ サンシシ : 基本処方から一部の生薬を去る場合は、去（キョ）で表します。

< 合方処方の共通の生薬について >

桂枝茯苓丸料〔構成生薬〕

<small>ケイシブクリョウガンリョウ</small>	桂 枝	4
	芍 薬	4
	茯 苓	4
	桃 仁	4
	牡丹皮	4

四逆散料〔構成生薬〕

<small>シギャクサンリョウ</small>	柴 胡	5
	芍 薬	4
	甘 草	2
	枳 実	2

☆ 片方から芍薬を去る場合

- ① 桂枝茯苓丸料 去 芍薬  
合 四逆散料



両方の処方に芍薬が重複している  
ので四逆散料に含まれている芍薬  
だけを加えるという意味です。

② 桂枝茯苓丸料

- 合 四逆散料 去 芍薬



桂枝茯苓丸料の芍薬のみを加える  
ことですが、全体的な効能や配合  
される生薬は①と同じ内容です。

☆ 両方から芍薬を去る場合

- ③ 桂枝茯苓丸料 去 芍薬  
合 四逆散料 去 芍薬



両方の芍薬を除く意味ですので、処  
方中には芍薬は含まないことにな  
ります。

調剤日 平成 12年 02月 25日 1/1

患者番号 T990-000-1

① 煎じ薬

131

様

漢方診療科  
用法

1日2回（朝・夕）または3回（朝・昼・夕）  
食間（食後1時間～食前30分）

水量600→300ml 14日分

薬剤名 : 桂枝茯苓丸料  
ケイシブクリョウガンリョウ

薬剤名 : 四逆散料 去 芍薬  
シギャクサンリョウ 芍薬

・お薬の煎じ方、飲み方については裏面をご覧下さい  
 ・注意事項、別包の薬については別紙をご覧下さい

〒108-8642 東京都港区白金5丁目9番1号

北 里 研 究 所

東洋医学総合研究所薬局

TEL 03(5791)6167 < 薬局直通 > どうもお大事に

## ⑨ 漢方薬の香り、味、形

例えば、果物のみかんを考えてみましょう。同じみかんでも甘いみかんもあれば酸っぱいみかんもありますし、また味の薄いものや香りの強いものなど色々な味や香りのものがあります。漢方薬を構成する生薬も野菜や果物と同様に天然物なので採取した年度、時期、産地や乾燥方法により、少し味や香り、形状が変わることもあります。当薬剤部ではできるだけ同等の品質（効果）の生薬を確保するようにしております。大きく味や香りが異なる場合は、薬剤師にお尋ね下さい。

~~~~~ 患者様だけの北里オリジナルの漢方薬 ~~~~~

漢方薬（煎じ薬）は数種類の生薬を組み合わせで出来ています。その生薬の産地や収穫時期により多少薬効が異なります。お米にたとえてみますと、コシヒカリと自由米の味が違うのと同じです。当研究所薬剤部では日本市場で購入可能な最も品質の良い生薬の購入を心がけています。

~~~~~

## ⑩ 外用剤を口に入れた時の対応

軟膏 剤：軟膏を塗った手を口の中に入れた程度では特に問題はありません。

イソジン液：間違えて飲用してしまった場合は、少量ならば問題はありませんが、ご心配（消毒液）ならば牛乳を飲んで下さい。牛乳に吸着されます。

ステリクロン液：間違えて少量飲用しても、特に問題はありません。（消毒液）

※誤って服用した時は、直ちにうがいをして下さい。少量の経口摂取であれば特に問題はなく消化管中で食物と共に吸収されることも少ないです。但し大量に服用してしまったら、直ちに医師または薬剤師に相談して下さい。



メモ

お薬の内容について、ご不明な点がございましたら薬剤部へおたずね下さい。