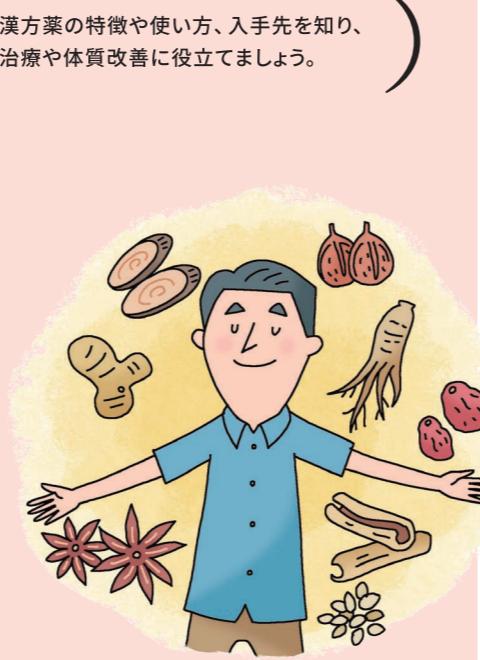


漢方薬との上手な付き合い方

西洋医学と漢方医学の違い

西洋医学	漢方医学
症状をピンポイントに診て、数値や画像など客観的なデータをもとに診断する。	症状を診るだけでなく、体型、性別、体重、体质、表情、脈、舌など、全身を診て「証」（総合評価）を立てる。
病名に応じて病巣部の直接的な治療をおこなう。	「証」に従って治療方法を確定。全身のバランスを整えて自然治癒力を高める。
単一成分でできている薬を使用。一つの効果に特化しており、即効性がある。病名が同じなら同系統の薬を使う。	数種類の生薬の組み合わせにより、体に複合的に作用する。症状、体质に合わせて処方するので、病名が同じでも人によって薬が異なる。



漢方薬はどんな症状に使う？

西洋医学と漢方医学は、どちらがいいかではなく、両方を上手に使い分けることが重要です。たとえば慢性的に胃が痛む場合は、まず大病につながる疾患や原因がないかを確認するために、内視鏡検査やピロリ菌除去をおこないます。疾患が見つからなければ、年齢、体质、ストレスや食生活などの生活习惯などをもとに漢方薬を処方し、じっくりと治療します。

〈こんな時は漢方薬がおすすめ〉
慢性腰痛／慢性関節痛／慢性皮膚疾患／
にきび・肌荒れ／冷え性／肩こり／便秘／生理不順／
更年期障害／目のトラブルなど

どこで漢方薬を扱っている？

漢方薬には、健康保険が適用される医療用漢方薬と、市販の一般用漢方製剤があります。医療用漢方薬は148種類あり、一般の病院や、漢方外来など漢方専門医がいる病院で処方されます。より体质に合わせた漢方薬を求めるなら、漢方専門医に処方してもらうのがおすすめ。一般用漢方製剤は副作用が起こりにくくよう生薬の含有量が少なめです。

〈こんなところで手に入ります〉
●一般（西洋医学）の病院
●一般の薬局、ドラッグストア
●漢方外来など漢方専門医がいる病院 ●漢方薬局

漢方薬は慢性的疾病的治療得意とするため、効き目がおだやかだと思われるかもしれません。代表的なものは、胃もたれや下痢、血圧の上昇のほか、低カリウム症、不整脈などの症状です。また漢方薬を2週間から1ヶ月間飲み続けても体調に変化が見られなければ、薬が合っていない可能性があります。その際には一度、医師に相談するとよいでしょう。

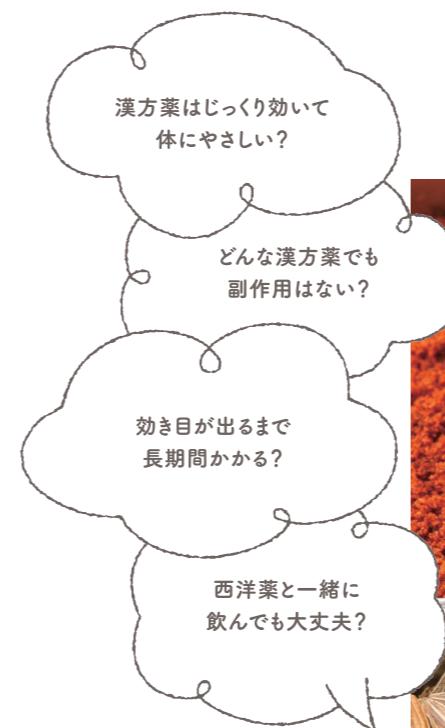
たとえば肩こりや慢性的腰痛にも漢方薬は有効ですが、薬の服用に加えて、軽く運動して筋力をつけると、痛みの緩和につながることも多いです。そうした総合的なアドバイスをもらえる医師を見つけることも大事です。

慢性的な痛みやなんとなく感じる不調に

原因はわからないけれど体に慢性的な痛みがある、なんとなく不調だと感じているなら、漢方薬を使ってみるといいかもしれません。

漢方医学では、西洋医学のように症状そのものをピンポイントで診るのではなく、体质を総合的に診て、全身のバランスを整えながら治療します。漢方薬は数種類の生薬を組み合わせてつくられており、複数の作用があるのが特徴です。そのため同じ症状でも人によって効く薬が異なったり、ほかの症状と一緒に改善したりすることもあるのです。

その常識、間違っている！？ 漢方薬のホントのはなし



監修 團 茂樹先生

宇部内科小児科医院院長。総合内科専門医、医学博士。1982年日本大学第一内科大学院修了、カナダ州立オンタリオがんセンター留学、那須中央病院内科部長、千代田漢方クリニック院長を経て現職。東洋医学にも詳しく、ていねいなスクーリングによる漢方薬の処方に定評がある。
取材協力：ティーベック株式会社

漢方薬を病院で処方されたり、薬局やドラッグストアで見かけたりする機会が増えています。西洋医学に基づいた西洋薬とはどう違う、どんな使い方をすればいいのでしょうか。漢方薬に詳しい総合内科専門医の團茂樹先生にお聞きしました。

漢方薬にまつわる疑問



専門的な知識がなくても医師は漢方薬を処方できる？

漢方専門医でなくとも、医師は処方ができます。一般的の病院のいろいろな診療科で、希望に応じて漢方薬は処方されています。



漢方薬で治すなら長期間続けないと効かない？

副作用は少ないものの、症状が出ることもあります。西洋薬との飲み合わせにも注意が必要です。自己判断で服用せずに、医師や薬剤師のアドバイスを受けましょう。



副作用や飲み合わせは心配しなくて大丈夫？

漢方薬は「生薬」と呼ばれる天然の植物や鉱物を組み合わせてつくられています。慢性的疾病に使われることが多く、効き目がおだやかなイメージですが、薬効が強いものもあります。

漢方薬は体にやさしい反面、効き目が弱い？

漢方薬は「生薬」と呼ばれる天然の植物や鉱物を組み合わせてつくられています。慢性的疾病に使われることが多く、効き目がおだやかなイメージですが、薬効が強いものもあります。