

ガンと漢方薬

がんの発生は遺伝子に変異することに始まります。しかし遺伝子に問題が生じたとしても修復されてもとの姿に戻ります。しかし、同じ遺伝子に問題が重なると細胞がおかしくなります。それでもその細胞は、最終的に「アポトーシス」という害のない自然死を起こすように設定されていて、ガン化を防いでいます。アポトーシスとは、細胞の異常を知らせる目印が出て免疫がそれを目標にして攻撃をすることを言います。しかしガンが進行するとその目印を出さなくなります。そして免疫細胞に攻撃されなくなったガンはますます増殖・転移して手がつけられなくなります。

そこで、**がん細胞表面に目印を出させて免疫細胞に知らせる事が出来れば…**。正常細胞か、がん細胞か識別し免疫細胞が攻撃するようになります。そこで開発されたお薬がパクリタクセルという有名な抗がん剤です。そのお薬は、一位科の自然生薬「紅豆杉」から作られました。**この生薬は現在、北里大学、金沢医科大学、富山大学、神戸薬科大学などで研究されています。**

また紅豆杉の特徴として直接がんの分裂を止める働きを持っています。これはがん細胞がいよいよ分裂という時に紅豆杉が微小管という骨格細胞に結合してがんが分裂出来ない様にするのです。分裂出来なくなったがん細胞は無理のない自然死（アポトーシス）を迎えます。しかも紅豆杉はがん細胞だけに作用して正常細胞には作用しない選択的抗がん性があり、副作用はないと、研究では結論づけています。

また抗がん剤と併用される場合、紅豆杉は傷んだ正常細胞を修復しますので、副作用を軽減し、体調を良くするとも言われています。表現は難しいですが、これががんに対する紅豆杉の働きと考えられています。



INFORMATION

「漢方音楽」についてのお知らせ

作曲家であり京都精華大学教授の小松正史さんと一緒にリラックス環境音楽を作りました。静岡朝日テレビが2月13日に、テレビ静岡が2月28日(木)11時19分から「ちょっといいタイム」で取り上げてくれました。



薬剤師谷津の研修のお知らせ

3月14日から22日まで、静岡店薬剤師谷津が海外研修の為お休みさせていただきます。ご迷惑をお掛けいたしますがよろしくお願いいたします。



MUTSUGORO & MUTSUMI PHARMACY NEWSPAPER

no.190

むつごろう&むつみ薬局新聞



理由は二つあります。一つは、漢方薬をゼロから勉強してみたかった、二つ目は、長く体に入るものだから無農薬のほうが良いのに決まっているから、そんな思いでした。薬剤師がやる畑作業などは、プロの方から見れば遊びのように見えるかもしれませんが、真剣に作って来ました。今回から複数回に渡り、芍薬の収穫から加工までの奮闘記をお話させていただきます。それでは、始まりです。

漢方薬を畑から作る

「グサツ、グサツ、グサツ、スコップを8回突き刺す。後は、力いっぱいスコップの柄を地面に押し付ける。畑の土が30cmほど盛り上がり、その中からは、芍薬の根がまるでたこの足のように姿を現した。5年ぶりの芍薬の根とご対面である。芍薬の収穫に立ち会ったのはこれで2回目である。1回目は15年前で、東京麻布、松柏堂医院の中村篤彦先生の畑で掘り上げ、大変苦労した思い出がある。芍薬は約5年間育てて収穫する、少し気が長くなる話だが、収穫の喜びも5年分となる。芍薬は、私たち薬局が一番消費する生薬である。また、私自身、芍薬が入る茶箱の蓋を開けたときの香りが大好きである。」

私たちの薬局は、無農薬・有機肥料で漢方薬を畑から作り始めて20年が経ちます。どうしてそんな事をするの、とよく聞かれるのですが、



無農薬・有機肥料の畑作りの始まり

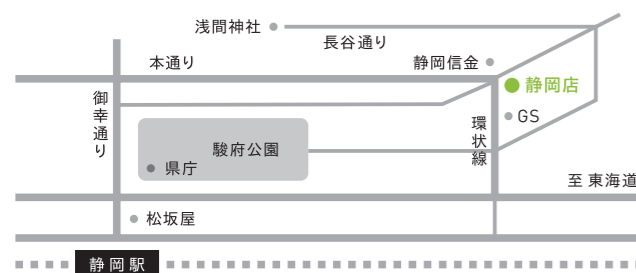
「慣れない2トントラックを静岡から千葉の東邦大学まで走らせ、1700kgの大和芍薬を頂いたのが2003年10月。1袋25kgの芍薬70袋を作業場に入れるのも大変な作業であった。



静岡店(むつごろう薬局)
所在地: 〒420-0865 静岡市葵区東草深町22-1
TEL: 054-(247)-6006
FAX: 054-(247)-6007
営業時間: 10:00~18:00 (18時以降は、要予約)
定休日: 日曜日・祝日
HP: <http://www.mutsugoro.co.jp>
EMAIL: info@mutsumi.co.jp



東京店(不妊治療専門薬局むつみ薬局)
所在地: 〒104-0061 東京都中央区銀座3-8-17
銀座理容会館ビル2F
TEL・FAX: 03-(3563)-6238
営業時間: 10:00~19:00 (予約制)
営業日: 火曜日・土曜日
HP: <http://www.ginzamutsumi.com>
EMAIL: info@ginzamutsumi.com





この芍薬は、12、3年経っているということで、根の太さはなかなかのものである。出刃包丁で何とか2つに切り開くと中は「あんこ」でいっぱいである。あんことは、中心部が腐り黒く鬆になることである。少しでも収量を増やしたいので、このあんこも綺麗にくりぬく。芍薬の表面を軍手で拭きながら、一本一本確認していく。もうすでに母根には来年に向けて鮮やかな赤い芽が出始めている。多いと一株で10本以上はある。赤い芽を3個ずつ残して株を分ける。その後、株分けしたものは畑で畝幅、株間を約1mずつ空けて、植えつけていく。ざっと一袋が終わるのに3時間の仕事だ。



また、作業中、よく胸や腹部に激痛が走る。原因は「あり」である。芍薬の根はよくありが巣を作る。噛まれた後は、直径3cmに腫れ上がり、その後何回となくかゆみに襲われる。幼い頃に足長蜂に刺された時の感覚とよく似ている。このような時は、葛根湯を服用するとよい、と師に教えられた。風邪の始まりの時と同じで体表にある毒を、発汗させてくれるのである。そのことをヒントに、夏のアブ対策、秋のスズメバチ対策として、スタッフ一同エキス剤をポケットに入れるようにしている。



芍薬の加工作業が終わるころは大晦日を数えるまでとなっていた。ドロとあんこを除いた芍薬は、半分に減っていた。それでも総量は800kg、この量の芍薬の粗皮を剥くにはどうしたらよいのであろうか。師の知恵を拝借して、明石からたこ洗い機を購入した。お風呂の湯船が、横に回転する機械と思っていただきたい。一回で約50kgの芍薬と、砂利と砂を入れて芍薬がちょうどつかぐらいの水を引き、30分回転させる。その動きはダイナミックである。30分後、ふたを開けるとまるで洗剤を入れたように泡でいっぱいになる。その中から顔を出した芍薬は、まるで別人のごとく真っ白であった。赤茶けた芍薬の変貌ぶりは、あたかも血に働く能と、真っ白な筋肉を和らげる働きを兼ね備えていることを教えているようである。」

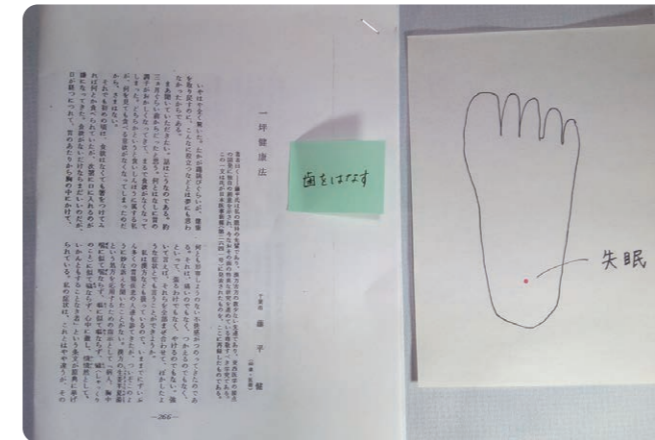


ひ弱な薬剤師が畑作業をすると、一番大変なのは腰を痛めることです。25kgの芍薬を積んだり移動したり、当に骨が折れる作業です。ただ良いこともあります。もちろん力がつくのは言うまでもありませんが、採りたての薬草をお風呂に入れるとポカポカ温まりぐっすり眠れるのです。当に天の恵みとは、この事を言うのでしょうか。芍薬は筋肉を和らげて血行をよくしてくれます。腰痛には芍薬甘草湯、腹痛には小建中湯、頭痛には桂枝湯と全て芍薬が入ります。私はこの芍薬の香りを嗅ぐだけで、気持ちまでゆったりします。全身の緊張を緩めてくれる素晴らしい薬草です。



薬剤師 鈴木寛彦

骨を刺激し、腕を大きく回す



液晶があるスマートスピーカーを購入してから、活用しています。「音楽をかけて」とお願いし、その後「15分のタイマーをかけて」とお願いし、踏み台昇降をやり始めました。液晶があると歌詞が表示されているので、テレビを観ているような感じで運動できます。私は下腹部が痛くなってしまうので長くはできませんが、お客さまには「一坪健康法」をおすすめしています。一坪健康法とは、漢方の大家小倉重成先生が提唱した健康法で縄跳びのことです。縄を持たずに手を十分に振りまわすエア縄跳びの方がよいです。白血病の検査の結果が好転したり、パーチェットの患者が発作が出なくなったそうです。ジャンプをすると、骨に衝撃がかかり、骨が作られやすくなります。最近の研究では、骨を作る骨芽細胞が出すオステオカルシンは、記憶力・筋力さらには生殖力まで若く保つ力があることがわかっています。もう少し簡単にできる運動に、立って（1日30回）でも座って（1日30回×3セット）でもいいので、かかとを浮かせ、衝撃がかかるようにストンと床にかかとを落とす、「かかと落とし」という運動があります。骨粗しょう症の予防・糖尿病予防にいいとされています。

骨にはビタミンDも必要で、肌に日光が当たると作ら

れます。これからだんだん紫外線が強くなってきますが、少しの時間手だけでもUVケアをしないで日光が当たるようにしてください。ビタミンDは腎臓によって活性化され、カルシウムを体内に吸収させます。東洋医学では腎は骨を主ると言います。本当にその通りですよ。足の裏のかかとには「失眠（しつみん）」というツボがあります。不眠の時に、熱さを感じるまでお灸をするのですが、逆に最初から熱く感じる時には、熱さを感じなくなるまでお灸をします。お灸が効果的ですが、ツボ押し棒で押しでもいいでしょう。かかと落としで「失眠」も刺激されそうですね。

骨に衝撃を与えるという点では、1日10分ガムをかむこともいいそうです。ガムは強すぎず、弱すぎず、ちょうど良い力になるそうなのです。半年前くらいに、下顎の歯の内側が腫れていることに気づきました。触ってみると、硬くて、これは何だろうとビックリしました。ずっと気にはなっていたのですが、歯医者さんで骨が増殖していると言われました。食いしばっていることが多いになってしまうことがあるようです。ひどいと削る場合があるそうなので、それだけは避けたいと思いました。その後、髪の毛を洗う時に、食いしばっていることに気づきました。そういう時は「歯をつけない」と心の中で唱えています。パソコンの作業中などいつも食いしばってしまう方は、目につくところに「歯をはなす」というフセンを貼っておきます。フセンが目に入ったら、フッと息を吐き、力を抜きます。そしてときどき、腕を大きく回してください。

薬剤師・鍼灸師 谷津吉美

「むつごろう健康五ヶ条」

- 一、人は自然界の一部であり、その調和で成り立つ。
- 一、心と身体は常に一体である。
- 一、なぜ病になったのか、その原因を考えること。
- 一、無理せず、無駄せず、継続すること。
- 一、真の健康とは、心と身体が調和し常に自然体である。

はこにわ薬草畑

当帰の苗作りを始めました。漢方堆肥に、腐葉土を入れて、たっぷりのもみ殻を入れて畑をふかふかにしていきます。この「もみ殻」は、20年以上のお付き合いがあります「アンコメ」こと安東米店の無農薬玄米のもみ殻を使っています。完全無農薬化のためにもみ殻までこだわってみました。春のお彼岸過ぎには、当帰の種まきが始まります。種は、昨年収穫した、オーガニック当帰の種を撒いていきます。

