

銀座むつみ薬局オリジナル腹巻のご紹介

漢方温腹巻 (KANPOU ON HARAMAKI)

私たちは、婦人の主薬「当帰」を無農薬・有機肥料で栽培を始めて20年が経ちます。その畑の当帰葉による汗を吸う力、湿気を外に出す力を活かし、保湿力に優れた100%の絹糸で一つ一つ丁寧に染め上げ、腹巻を作りました。全てが手作りの為、染に多少ムラがございますが、植物由来の力で心も体もポカポカになっていただければと思います。

この商品にご興味がある方は担当薬剤師までお申し付けください。

販売元 むつみ薬局 東京都中央区銀座3-8-17 銀座理容会館ビル2階



INFORMATION



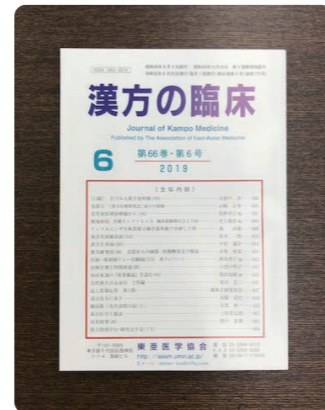
講演会のお知らせ

- 7月28日(日)相模原市環境情報センターにて、薬剤師鈴木が漢方薬の講演会をする事になりました。題は「ストレスを緩和する柴胡を使った健康生活」です。10時開演12時終了となります。ご興味のある方は、担当薬剤師までお尋ね下さい。
- 9月11日(水)東京港区にて漢方薬の講演会がございます。港区民が対象となりますが、ご興味のある方は一度担当薬剤師までご相談ください。



東邦大学漢方の講義を終えて

5月、6月と千葉の東邦大学薬学部にて漢方講義が終わりまりました。講義を通して沢山の事を学生さんから学ばせて頂きました。もう20年近くも続けている割に満足できるものがなく、申し訳なく思っております。この素晴らしい漢方薬の世界を多くの学生に伝え引き継いで頂けるよう頑張っていきます。小池教授、李准教授には大変お世話になりました。ありがとうございます。



漢方専門誌「漢方の臨床」に学術論文投稿

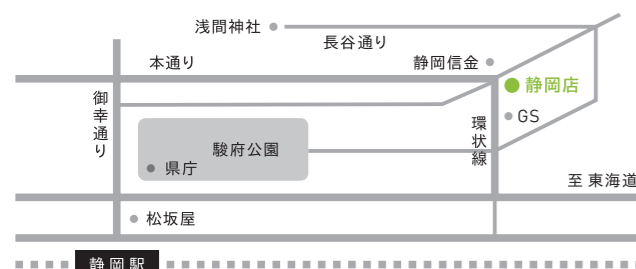
題:「間質性肺炎と漢方薬」 薬剤師 鈴木寛彦



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



MUTSUGORO & MUTSUMI PHARMACY NEWSPAPER

no.192

むつごろう & むつみ薬局新聞



水毒からくる婦人病

新しい畑を求めて…

毎年、暑く湿度の高いこの時期になると必ず思い出すことがあります。それは、新しい畑を求めて静岡の山間部、井川周辺に通った時のことです。もう十余年前の事になります。

七月から作業に入り炎天下のもと一日中草刈に追われ、その後耕運機で石の畑を掘り起こしました。秋の芍薬の植え付けの時期まで何とか間に合い、300本の芍薬を植えたのですが、少しずつ枯れ始め、2年目にして急遽、水はけのよい別な畑に移植しました。そのときは、残り100本もなかったと記憶しています。掘り起こすとどれも根の成長はほとんどなく力ない容姿でした。その土地は雨が降ると水はけが悪く、足を踏み入ると長靴が脱げてしまうほど。地下の岩盤による水はけが悪いことが原因でした。まるで畑の水毒です。「水毒」とは体の余分な水分が増えて色々な病気を起こしてしまうことを言っ

ています。大自然の水毒は、植物の根腐れとして現われ、人間の水毒は、皮膚病の滲出液、鼻水、尿や涙の過多、水様性下利、むくみ、胸水、腹水、関節の腫れ、動悸、めまい、耳鳴り、頭痛、のどの乾き、むかつき、咳、痰、と現れ方は様々です。また、時として不妊症の原因にもなるのです。

少し専門的に言いますと「痰飲」、「懸飲」、「溢飲」、「支飲」に分かれます。痰飲は、胃がチャポチャポする事で鼻水、下痢の原因となり、懸飲は、体を動かしたり咳をするとひきつり痛む慢性胸膜炎で、溢飲は、手足の皮下に溜まった水腫や浮腫で腎炎、心疾患、脚気につながり、支飲は、水分が鳩尾に溜り呼吸困難と促迫がはげしくなる心不全のことです。どれも水毒が原因でおこる病気です。

ぬかるみに足をすくわれる

3年間子供が出来ない女性から相談がありました。10年前から多嚢胞性卵巣といわれていて排卵しにくい状態でした。経血量や帯下も多く、生理痛が激しく、塊も多い方でした。疲れやすく、顔と足がむくみ、貧血、肩こり、頭痛そして慢性的に咳がありました。漢方薬も当帰芍薬散、桂枝茯苓丸、温経湯とどれもうまく行かず、3回目の夏に、顔のむくみと湿った咳そしてお腹のチャポチャポ音を目標に甘草乾姜散を処方しました。今まではない帯下が沢山出て、その後ご妊娠されました。

この方の体の中は、畑の「ぬかるみ状態」になっていたのでしょうか。この余分な水は、冬になると薬草の根を冷やし成長を止めてしまいます。女性のお腹がぬかるみ状態となり冷えてしまい卵の成長を悪くしていたのでしょうか。漢方薬によって、その冷たい水が滞下となって排出

され、身体が温まったと考えられます。

夏の水蒸気

地下の岩盤による水のぬかるみ状態は、冬に冷たい水となり、夏には水蒸気となって薬草の地上部に襲い掛かります。まるで熱いお湯の中に浸かっている状態です。この夏の水蒸気を東洋医学では「気逆上衝」と言います。のぼせてめまいが起きている状態です。漢方薬は苓桂朮甘湯の出番となります。

飛蚊症のご相談は 28 歳の女性の方でした。性格は少し心配性で、時に動悸がありました。立ちくらみ、耳鳴りがひどく、出来れば子供を授かりたいという希望もありました。苓桂朮甘湯を服用して 10 日後、日中の小便の量が増え、ドライアイがあった目からは涙が出るようになりました。数ヶ月ご飛蚊症の症状が軽くなり視力が上がりました。2年の月日が流れ、子供の笑顔がよく見えると喜んでおられます。

暑さで目が回る

八月ともなれば、暑さで地面は乾き薬草の葉は項垂れてきます。一生懸命葉を広げ根元を乾かないようにするのですが、雨が降らなければ追いつきません。いくら油で身を防いでも水が蒸発して、しぼんで行きます。薬草の芍薬や牡丹は早くから葉を枯らしし地面に落とし根を守ります。私達であれば熱中症の手前でしょうか。こんな時ほど漢方薬。体の熱を冷まし、汗を止め、血液中を潤す「白虎湯、三物黄芩湯、五苓散」という夏の三銃士の出番です。以前ご紹介のご婦人が遠く尾張の国からご来店されました。悩みは、口臭。人に話をする仕事をしていました。体に冷えはなく、むしろ暑がり喉も渴き気味、便秘が少しありました。好んで冷たいものを服用、口内炎も時々できました。口臭の原因は胃に熱を持っていた事でした。白虎湯を服用して3ヶ月すっかり良くなりました。これを機に食べ物の改善と体を動かすことにも気を使って頂き、状態は安定しています。手前味噌ですが夏でも温かいものを飲むようにしましたら、汗かきが大分よくなりました。喉越しを求めているのは、喉だけで入ってしまえば同じなんですね。

畑に一日出ていると大変気持ちが良いです。風の音、季節の匂い、そして何より日の光の温かさと、雨の大切

さを。このことは、漢方相談に活かされます。体の中の水の動きみたいなものを感じるのです。これからも何かひとつ畑から学ばせていただければと思っています。

薬剤師 鈴木寛彦

喉の痛みに

服を自分で縫えるようになりたいと、何年も前から思っていました。ミシンを使って服を作るワークショップがあったので、東京ホビショーに行ったのですが、そこで手縫いで服を縫うワークショップにも参加しました。難しい襟ぐりも手縫いならなんとかなったので、手縫いから始めてみようと思いました。手縫いの先生の本を、静岡市立図書館で借りることにしました。ネットで予約でき、用意ができたならメールが届くのでとても便利です。予約する時に、どこの図書館にあるか表示されるのですが、BM と書いてある本がありました。検索したところ移動図書館でした。BM、アルファベットを分類するクイズがあったので、Bは上下対称、Mは左右対称と考えてしまいました。移動図書館の車（ぶっくる）が中央図書館から出発したところを見かけたことがあります。

車は上下も左右も対称といえるのでしょうか。^{きょうしゃ}「頬車」というツボがありますが、2文字とも対称のツボはないかと探してみました。間・門などははらいがあるのではありませんし、^{ごうこく}「合谷」と^{てんよう}「天容」とを見つけました。「合谷」は手の陽明大腸経のツボで、手の甲側、親指と人差し指の間にあります。肩こりにもいいですし、面目は合谷に収むといい、顔面・目の疾患に使うので覚えておきたいツボです。「天容」は手の太陽小腸経のツボです。ちなみにNHKの朝ドラに出てくるてんようは「天陽」です。前頸部、下顎角の後方、胸鎖乳突筋の前方陥凹部にあります。「天」は人体上部をいい、ここでは頭部を指し、「容」は容貌の意味。容貌を飾るのにつけた耳環が接触する部位に相当する。また、容貌をそこなう頸・項・面部の疾病を多く治すことから来ているようです。主治は、聾、耳鳴、咽喉部の腫脹・疼痛、咽喉部の閉塞感、頬部の腫脹。特に咽喉部の腫脹・疼痛には「合谷」と^{しょうしょう}「少商」を組み合わせるといいです。「合谷」と「天容」の組み合わせは美容にもよさそうですね。

薬剤師・鍼灸師 谷津吉美

信玄の健康法…朝の目覚めは「臍下丹田」から

戦国時代の武将、甲斐の虎と呼ばれた武田信玄の健康法を連載していきます。徳川家康公然り、天下に名高い武将の生活は、武力とは裏腹にしっかりとした道徳に基づく生活習慣があります。そこには現代にも通じる健康法が隠されています。ぜひこれを身につけ習慣にして、西洋薬に頼らない生活を目指していきましょう。

朝の目覚めは「臍下丹田」から…朝寝坊しても急に起き上がってはいけません。これは非常に悪いことである。寢床に仰向けに寝返り、両膝を曲げて、両手の指を絡めてゆっくりと、胸から臍の下まで三回なでおろし、それが終わってから、臍から9センチ下の丹田をしっかり押さえてから起き上がるようにせよ。そうすれば、その日のどのような事態に遭遇しても、慌てふためくことはない。このことは大切であるから毎日の癖にとするようにならねばならない。
(武田信玄より)

昔の日本人はこの「丹田」を意識して生活してきました。丹田に気持ちを集中すると自律神経が安定します。武道をはじめ茶道、花道と道のつくものは全て丹田の大切さを教えています。

(参考文献：武田家百目録 小島勇編訳 武田神社発行)



喉の痛みに



「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。