

シヨウガ湯は冬の寒いときに身体を温めるために使います。シヨウガは熱いお湯に溶かして飲むと、その薬効で身体の中から温まって、とても気持ちの良いものです。しかし温まりすぎれば、のぼせてめまいがする人もいますので、少量の「クズ」(葛根かつこん)を混ぜます。このクズは冷やす生薬です。この配合で温めすぎるのを防ぎます。

一方でクズ湯は、二日酔いなど、ほてって冷たい水を飲むと気持ち良いときに使います。熱いお湯に溶かして飲むのはシヨウガ湯と同じです。クズがほてった身体を冷やすのですが、少量のシヨウガを入れて冷やしすぎを防ぎます。冷やしすぎると胃痛が起きたり、下痢をしたりするかもしれません。冷やすのが目的ですが、熱くして飲みます。

ちなみに、「クズ湯」と「葛根湯」は全く違うものです。葛根湯は葛根・麻黄まわう・桂枝けいし・芍薬しやくやく・生姜しょうきやう・大枣たいそう・炙甘草しゃかんそうの7種の生薬よりできている漢方薬です。約1800年前に刊行された『傷寒論』に記載されています。

東洋医学は中国でも日本でも、君主・貴族の医学として発達しました。君主個人の健康や病気を治すために、同じ病気でも症状のわずかな違いにより、違う薬を使って治すというオーダーメイドの治療となりました。昔は薬草を集めるだけでも大変だったでしょう。

このオーダーメイド治療が漢方薬の良いところでもあり、大変難しいところでもあります。「同病異治」(同じ病気でもその症状の違いにより薬が違う)のため、カゼが流行^{はや}つてもひとりひとり症状が違えば、同じ薬で治すということではできません。

東洋医学は症状群で治していく

何かの病気になったときに、症状が一つしかないということはまれで、ほとんどはいくつかの症状が一緒に出ます。それらの症状を群としてまとめて治すのが漢方治療です。

分かりやすくカゼの治療で説明しましょう。カゼをひいて、発熱・鼻水・咽頭痛・倦怠^{けんたい}感^{かん}・食欲不振・下痢という症状が出たとします。現代西洋医学ではそれぞれに対する薬が処方されます。具体的にはたとえば抗ウイルス薬・解熱消炎剤・鼻水止め薬に胃薬・下痢止め薬という組み合わせです。

しかし東洋医学では、それらの症状を一つの症状群にとらえ、それに合わせた漢方薬を処方します。しかもさらに鼻水が水っぽいのか粘っているか、食欲が少しか全くないか、下痢に腹痛は伴うかどうかで、全く別の漢方薬となります。ゆえに問診で、倦怠感がひどい

ということを聞き漏らしてしまえば、ちゃんと症状群に合わせた漢方薬は処方できなくなり、効果は出ません。カゼのような急性病だけでなく、長年患っている慢性病でも同じように考え、処方薬を決めていくので、問診がとても重要になります。

東洋医学は精神科も内科も同じ

ストレスが病氣の原因になることは、現代では当たり前となっています。物理学の用語だったストレスという言葉（概念）を医学に取り入れたのが20世紀の生理学者セリエです。つまり、それまで西洋医学には「ストレスで病氣になる」という概念がなかったのです。

しかし東洋医学では、ストレスが病氣の原因となるというのは宋の時代の『三因極一病証方論』（陳言撰著、1174年）にはつきりと記載されています。

さらに西洋医学ではストレスは脳に影響を与え、自律神経を乱すと考えられています。東洋医学ではストレスは直接五臓六腑（110ページ参照）に影響すると考えています。つまり精神と肉体に違いはなく、同じものだということです。そしてストレスの種類により、影響を受ける臓腑が違います。

東洋医学基礎理論では、たとえばイライラは肝を弱らせます。逆に肝が弱ると怒りっぽくなりイライラしやすくなるのです。

恐怖感や驚きは腎を弱らせます。ジェットコースターでおしっこをし、被^{かぶ}る（ちびる・漏らすの九州方言）のは、恐怖感が腎を弱らせたためです。

考えすぎや思い悩むのは脾^ひ（胃腸）を弱らせ、悲しみは肺を、そして不安感や喜びすぎも心を弱らせます。多くは悪循環します。

漢方相談薬局への上手なデビュー法

漢方相談薬局へ訪れるのはハードルが高く感じられるかもしれませんが、公的健康保険がきかないため、金銭的にも安くはありません。そのため興味はあってもなかなか相談しにくいとためらう方は多くいらっしゃると思います。

そこでお勧めしたい漢方薬局デビュー法は「病気そのものを治すのではなく、日々の疲れを取る滋養強壮剤を用いて、病気になった身体を治す」との主旨で相談されることです。日々の疲れは、どんな病気でも悪化の原因です。だからといってしょっちゅう仕事を休

むわけにはいかないでしょう。すぐに痛みが取れなくても、すぐに鼻水が止まらなくても、すぐに症状が取れなくとも、その病氣・症状になった身体の正氣せいき（自然治癒力のこと、26ページで詳述）を上げて、自分の力で治していける滋養強壯剤は有効です。もちろん日数はかかりますが、疲労を取りながら、正氣を高めていくのを勧めします。

滋養強壯剤を服用し続けることで、疲れが取れてきて全体的な体調が良くなってくると思います。当店ではそのような相談者の方の事例は枚挙にいとまがありません。もし症状が発作的なら、それだけで予防になり、治療ともなります。

相談の際は、同時に食事や生活習慣の改善法も必ずお尋ねください。そこでお店の雰囲気や薬剤師の人柄や勉強量が分かると思います。信頼できそうと感じられたら、その店で病氣そのものに対する漢方薬をお求めになるとよいでしょう。

なお、よくテレビのワイドショーやネット広告で「〇〇を食べると××が良くなる」という宣伝を見ますが、食べ物だけで病氣を治すことは至難の業で、「悪くならないようにする」のが精一杯です。それでも、何もしないよりは氣を付けたほうがよいのは当然です。

現役医師も相談に

私のいる北九州市の大里^{だいり}薬局には、現役の医師も来店されます。

50歳代後半の女性で、子供の頃から腎炎となり、医師になった後も、脳のキアリ奇形で手術を受け、さらに心臓病、花粉症・副鼻腔炎^{ふくびくうえん}・聴力低下などの耳鼻科症状、緑内障、婦人科疾患などに加えて、身体の痛みや胃腸障害などに悩まされていました。

あるとき同僚の医師から私が監修しているマンガ『わたしは漢方美人』（集英社クリエイティブコミックス、2016年）を紹介されて、ぜひとも相談にのってほしいと隣県からお越しになりました。

ご本人は自分のことを「以前から身体のパーツが弱い」「老化が早い」「環境への適応能力がない」などと医師らしく嘆いていたのですが、根本の原因である「胃腸の冷え」を中心に治療していききました。

1年後には「諸症状が改善していくのがとてもうれしく、アームストロング船長の月面着陸時の言葉を借りて『この一步は小さな一步だが、私にとっては大きな一步』だと思ふ」と喜ばれていました。漢方薬を服用して3年半ぐらいになりますが、診療が立て込ん

でもこなせるぐらい体力が付き、睡眠や食事なども改善され、とても元気になりました。

もしかするとこの女性医師の症例が、西洋医学と東洋医学の一番の違いを表しているかもしれません。それは「西洋医学は悪いのを治すことはできるが、弱いのを強くすることはできない」ということです。弱いのを強くするには、西洋医学では食事レベルのビタミンやアミノ酸ぐらいしかありません。しかしこの方は胃腸が弱いのでそれさえも十分に食べられないのです。

この方にとっての西洋医学の治療や薬は「痩せ馬に鞭むちを打つ」ようなものだったと思います。東洋医学は、胃腸を強くする薬があります。その服用で胃腸が強くなつてきて、食べ物を食べられるようになり体力が付いて、正気が増して、長年の病氣や症状が薄らいできたのです。