うちのお医者さん

206 漢方のある暮らし

阿波町大原　医療法人 村上医院　三宅（みやけ）　淳一（じゅんいち） 先生



近年、健康寿命を延ばすことや、年齢を重ねても元気に生活することへの関心が高まる中で、漢方医学が改めて注目されています。

漢方は「病名」だけでなく、一人ひとりの体質や体力、生活環境を考慮して治療を行うことが特徴です。そのため、検査では異常が見つからないものの、「何となく体調が悪い」「疲れが取れない」「冷えがつらい」といった不調にも対応できる場合があります。

実際の診療では、かぜのひき始めには葛根湯（かっこんとう）、食欲不振や胃もたれには六君子湯（りっくんしとう）、足がつる症状には芍薬甘草湯（しゃくやくかんぞうとう）、更年期に伴うのぼせや気分の落ち込みには加味逍遙散（かみしょうようさん）、夜間頻尿や体力低下には八味地黄丸（はちみじおうがん）などが用いられることがあります。また、慢性的な便秘、めまい、頭痛、肩こり、アレルギー性鼻炎、不眠、不安感など、さまざまな症状に応じて処方が選択されます。

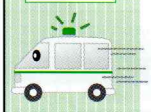


さらに、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザの流行を経験したことで、感染後も続く倦怠感（けんたいかん）や食欲低下、せきなど、いわゆる「長引く体調不良」に対する関心も高まっています。こうした症状に対しても、患者さんの状態に応じて漢方薬を併用することで、回復を支える治療が行われることがあります。また、高齢化が進む中で、複数の病気を抱える方や、多くの薬を服用している方に対し、西洋医学と漢方を組み合わせながら、生活の質（QOL：クオリティオブライフ）の向上を目指す取り組みも広がっています。



「年齢のせい」「このまま付き合っていくしかない」とあきらめていませんか。漢方には、一人ひとりの体質や症状に寄り添い、改善を目指すという考え方があります。すべての症状に当てはまるわけではありませんが、新たな可能性が広がることもあります。体質や年齢、生活習慣によって症状の現れ方は異なるため、それぞれに応じた治療を考えていくことが大切です。

「漢方という選択肢」が、あなたの不調を和らげるきっかけになるかもしれません。



このコーナーは阿波市医師会・阿波歯科医師会・板野歯科医師会のご好意により提供いただいた原稿を掲載しています。

11月の救急当番医

月～土　18:00～22:00　日・祝　9:00～13:00、14:00～18:00、19:00～22:00

日	医療機関	市	TEL
1日（日）	重清内科外科	阿	0883（35）6160
2日（月）	乾内科外科	阿	088（695）5006
3日（火）	森住内科医院	吉	0883（22）3010
4日（水）	糸田川眼科	吉	0883（24）2531
5日（木）	大野病院	阿	088（695）2112
6日（金）	大内整形外科	吉	0883（24）3058
7日（土）	赤池循環器消化器内科	阿	0883（36）6565
8日（日）	中山医院	阿	088（696）4662
9日（月）	工藤内科医院	吉	0883（42）3113
10日（火）	らいちクリニック	阿	0883（36）1608
11日（水）	中西内科クリニック	吉	0883（42）6755
12日（木）	村上医院	阿	0883（35）6410
13日（金）	リバーサイドクリニック岡田	吉	0883（24）8884
14日（土）	松本眼科	阿	0883（35）7128
15日（日）	グリーン耳鼻咽喉科	吉	0883（24）2488
16日（月）	石原内科循環器科	吉	0883（24）2536
17日（火）	板東眼科	阿	088（695）5139
18日（水）	山下耳鼻咽喉科クリニック	吉	0883（42）7533
19日（木）	西川内科クリニック	阿	0883（35）8080
20日（金）	よしのがわ往診診療所	吉	0883（36）1850
21日（土）	中山医院	阿	088（696）4662
22日（日）	大久保医院	阿	088（696）2037
23日（月）	麻名内科外科クリニック	吉	0883（26）0020
24日（火）	あおいそら在宅診療所	吉	0883（22）1311
25日（水）	重清内科外科	阿	0883（35）6160
26日（木）	さくら診療所	吉	0883（42）5520
27日（金）	さかまき整形外科	阿	0883（35）7880
28日（土）	かなめ小児科内科クリニック	吉	0883（26）0310
29日（日）	板東眼科	阿	088（695）5139
30日（月）	御所診療所	阿	088（637）8033

阿：阿波市　　吉：吉野川市

※当番医、または中央広域連合中消防署【TEL 088（695）2149】で必ずご確認の上、受診してください。変更になる場合があります。