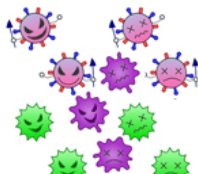




泰山堂通信 Vol.46C

◆◆インフルエンザも漢方でダブルブロック◆◆

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気で、風邪とインフルエンザは症状も原因も異なります。近年開発された「抗インフルエンザ薬」は、ウイルスの増殖を抑えてくれますが、インフルエンザと確定診断されないと処方してもらえないことが多く、予防的に使うことはあまりありません。また、ウイルスのタイプによって、効果がない場合もあります。



一方、「予防の医学」といわれる中医学では、免疫力を強化して、ウイルスが侵入しにくく、感染してもすぐに回復する身体作りをめざしています。従って、ウイルスのタイプに関係なく、予防効果が期待できます。ウイルスに直接作用し、抑制する作用があるのが板藍根という生薬です。中国では、インフルエンザが流行すると、板藍根をお茶代わりに飲んだり、喉にスプレーしたりして、感染を予防しているそうです。板藍のど飴は、この板藍根を使ったのど飴で、コンビニで販売されているのど飴のようなスースー感はありませんが、レモン風味で舐めやすい味になっているので、お子様でも、気軽に使えます。

身体の防衛力を高めるもう一つの生薬が黄耆（おうぎ）です。黄耆を主薬とする衛益顆粒（漢方処方名：玉屏風散）は、「漢方の粘膜ワクチン」というニックネームもあるほど、皮膚や鼻から肺、口から腸までの粘膜にバリアをはり、ウイルスの侵入を防ぐ効果があります。インフルエンザだけでなく風邪や花粉症の予防にも効果があります。

板藍根と衛益顆粒のダブルブロックで、この冬を元気に乗り切ってください。

◆◆時には和の香りでくつろぎましょう◆◆



精油というと、地中海原産の植物の香りが多いのですが、日本古来の香りも、なかなか良いものです。新年は、そんな和の香りで、心を鎮め、気分転換してみたいかがでしょう。

●**桧（ヒノキ）**：ウッディーで落ち着いた香り。鬱や無気力、精神疲労に効果があり、自律神経を調整する働きもあります。スキンケアに用いる場合、脂っばい肌を収斂する作用やフケを予防する効果もあります。

●**薄荷（ハッカ）**：ペパーミントよりもさらに強い清涼感のある香り。漢方でも「気を巡らす」作用などがあることから、いろいろな漢方薬に使用されています。頭痛や二日酔いにも効果が期待できる香りです。

その他、カボス（大分）、カヤ（高知）、月桃（沖縄）、紫蘇（北海道）、杉（吉野）、ヒバ（青森）、柚子（高知）・・・などたくさんの和精油がありますので、是非、一度お試しになってみてください。（お取り寄せの商品が多いので、ご予約をお勧めいたします）



漢方草庵 泰山堂

営業時間：月～金 11:00～18:30 / 土曜日：12:30～17:30 / 定休日：日曜、祝日
TEL:044-222-4484 FAX:044-222-4486

★予約制の無料漢方相談を行っております。詳細はホームページをご覧ください
<http://www.taizando.net/>