

最近、東洋医学がブームになり漢方薬が注目されています。漢方薬の働きについてお話しします。

中国では人間の体は、常に血液・体液などの物質が流れている一つの流体であると考えます。

そして、その流れている物質の量や動きに注目し、それが常に適度に保たれているのを健康とします。

また、人間の体には動いている物質の量が多すぎたり少なすぎたり、動きが遅くなったり速くなったりすれば、それを元に戻す働きがあります。これが自然治癒力です。

しかし、その偏り方が度を過ぎたり、疲れや不摂生のために元に戻す力が弱くなり、元に戻らなくなった状態を病気と考えます。その状態に戻す手助けをするのが漢方薬です。

例えば、体が熱くなれば冷やす、寒くなれば温める、動きが悪くなれば良くするといった薬を選ぶわけです。そして、その異常が「自然治癒力で戻せる範囲」まで小さくなれば自分の力で良い方向へ改善できるわけです。

したがって、薬のもつ方向性が正しければ、それ程強い薬を使わなくても、確実な、しかも速やかな効果が期待できます。しかし、その方向性を間違えれば症状が悪化することもあり、まして、誰にでも合う薬など考えられません。

漢方薬を飲む時は、自分の体質や現在の状態などを細かく専門家に相談して、一番合ったものを選んでもらうことが大切です。長く飲み続けると体質がある方向に偏ってしまうことも考えられます。

「この薬は自分に合っている」と思っても、時々体調をチェックしながら、変わったことがあれば専門家に相談して、薬を続けるか、変えるか、やめるかを判断してもらうことも大切です。

