

免疫力アップ大作戦!!

第2弾 漢方薬

病気ではないけれど、なんとなく調子が悪い、体がだるいなど、長年悩まされてきた不調について、家族一人一人の症状に合わせて、漢方薬を試してみました。

<西洋薬と漢方薬の違い>

西洋薬は基本的に一つの成分からできているのに対して、漢方薬は複数の薬草で構成されているため、そこに含まれる成分は数十種類にもなります。

西洋薬は一つの成分で出来ているので、体内に取り込まれると、どこかのスイッチを一ヶ所だけ強く押します。つまり検査などで明らかに病気と診断がついたものを治すのが得意です。

それに対して漢方薬は複数の成分が一齐に体内に入って、それらが一定方向に向かって、次々と体のスイッチを連続して押していきます。それによって表面に現われている症状が改善されるだけでなく、体の免疫システムが一気に立ち上がり、体全体の治る力が底上げされると考えられています。病気ではない、はっきりしない症状を治すのが得意とされています。

10才長女
服用開始後
頭痛 → すぐに快便に。
便秘 → 本人もスッキリさそう!!!

8才長男
西洋薬治療歴あり。
夜尿症 → (薬が果てたはず) 漢方薬服用後徐々に尿量減る。

2才次男
服用後1週間ほど
→ 泣き止んだ。
→ 毎日寝る時間が長!!

夫
漢方薬服用による
→ 意識的に生活習慣病
気にするように。
西洋薬と併用。

私
イライラの焦燥感も落着く。
イライラ → 肩こり・頭痛・便秘は、
もともと自分に合う薬がないか
他の漢方薬を試中。

<感想>

- 効いた気がする! という効果は曖昧なものが多いが、それだけでも心がご機嫌に。
- 小学生は慣れればお水で毎日服用できるが、幼児に漢方を飲ませるのが大変。ココアに入れたりアイスクリームにとかしたりしたが、継続が難しい。1週間ほどの服用で、夜泣き自体はかなり落ち着いたが、飲ませる労力が負担となり、ひと月足らずで中止に。薬を飲むのが上手な子は是非お試しください。
- 長女は明らかに頭痛が減り、毎日快便で体調が良くなった。
- 長男の夜尿症は、西洋薬が効かなかったのに対し、漢方服用で改善が見られ自信につながった。
- 夫の生活習慣病は、検査で病名がつくレベルだったので、西洋薬に切り替えた。
- 私はイライラは落ち着いたが、頭痛・肩こりに対して、もっと自分に合う薬がないか他の漢方薬を試中。

生活の中にうまく漢方を取り入れることができれば、免疫力アップをはじめとした体質改善によって、様々な病気を予防する一助となりそうです。

夜泣きやイライラは、育児にはつきもの。それがちょっと改善されるだけでも、心が楽になり、救われた気がします。

病院で相談するほどではないと思っていた、ちょっとした家族の不調も、漢方薬で改善される場合もありますので、かかりつけのお医者様に相談してみてくださいね。