

あなたの頭痛の原因は…?

こんな頭痛の原因にも

効く漢方

慢性的な頭痛 病気からくる頭痛



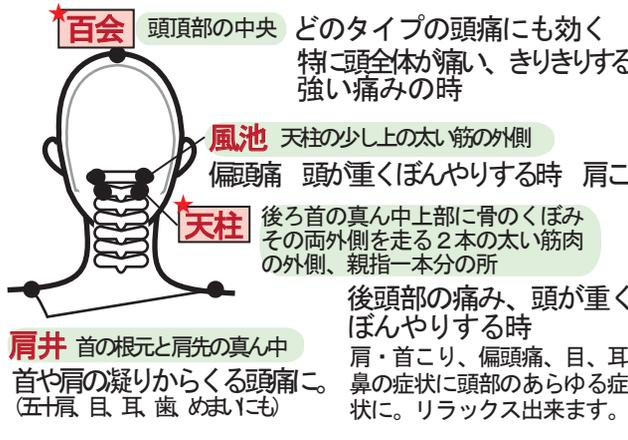
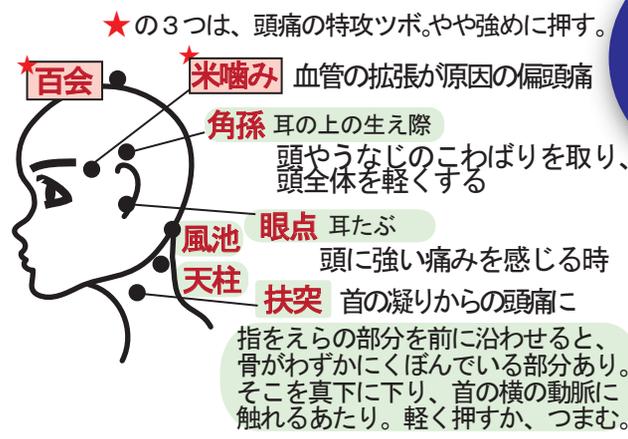
決まった時間帯の頭痛



一時的な頭痛



どこがどう痛む? 頭痛十色のツボ



「頭痛もち」という言葉があるように、日本人の40%に慢性的な頭痛があるとされています。今回は「頭痛」に関して漢方の視点から考えます。

西洋医学では頭痛薬は、「偏頭痛にはこの薬」とみな同じ薬が出されますが、頭痛には色々な原因、症状があり、漢方では原因、症状、人によって、出す漢方薬の種類が変わります。

頭痛がおこる頻度、起こった時の痛み方、時間、天気、生理周期、メンタル面、体勢、身体の他の

部分の不調等、自分の状態を把握し、それを伝えて頂ければ、体格や食生活、性格等を加味し、よりの確な漢方薬をお出しすることが出来ます。

頭痛は、基本的に水はけ、血液、気の流れの悪さが原因のものが多いです。

自分の頭痛の原因を把握し、漢方薬を飲む以外にも、自らの症状を改善する食べ物、お茶、ストレッチ、睡眠、入浴方法等に気をつけ、痛みを無理矢理抑え込むのではなく、時間が経ちても頭痛になりにくい身体を目指すことをお勧めします。



その場限りの「痛み止め」卒業!
漢方の体質改善で嫌な頭痛とさようなら!

月刊 本草閣 かわら版

6月13日 第127号

発行所 和薬・漢方 本草閣
 「本草閣かわら版」
 林 譽史朗 著
 よもやま話 平尾
 編集 川出
 [文責 林 譽史朗]

民間薬よもやま話

第70回 桂皮(桂枝)

桂皮は、クスノキ科のケイヤニツケイ類の樹皮で、甘辛い味と独特の香りが特徴。古くから生薬としてだけでなく、香料やスパイスとして世界各地で用いられてきました。「シナモン」でお馴染みのセイロンニツケイは、スティックとして紅茶の香りづけに用いられています。

日本では、昔から「につき」として親しまれていて、銘菓「八つ橋」などお菓子によく使用されていますので、私達にも馴染み深いですね。

桂皮(桂枝)は、胃腸を温め、消化機能を高めたり、血行を良くする等の効果があるとされ、様々な漢方薬に使われており、頭痛の症状にも使用されることがあります。

桂枝湯を始め桂枝茯苓丸、柴胡桂枝湯、苓桂朮甘湯や、桂枝湯に更に桂枝を加えた「桂枝加桂湯」という漢方薬もあるんですよ。

美味しく、薬としても優秀な桂皮に拍手!



和薬・漢方の本草閣 本店 (JR鶴舞駅西)
 〒460-0012 名古屋市中区千代田5-21-17
 TEL (052)241-3388 FAX (052)241-3443
 JR中央線・地下鉄 鶴舞駅下車
 E-Mail kanpouyaku@honsoukaku.co.jp
 予約:可

和薬・漢方の本草閣 緑店 (滝の水公園西)
 〒458-0016 名古屋市長区上旭1-622
 TEL (052)899-0221 FAX (052)899-0236
 ・名鉄バス 鳴海駅より 滝ノ水口 下車
 ・地下鉄 野並駅より 市バス(大清水行・太子行) 滝ノ水公園下車
 E-mail midori@honsoukaku.co.jp 予約:可

http://www.honsoukaku.co.jp/

営業時間 10:00~19:00
 定休日 一・木・日曜 祝日 一・木・日曜以外営業

*かわら版はメールでの配信も行っております。