

# 方 漢 才 ハ イ ニ 涙 の 臓 心 は 汗

中国医学の言葉には、  
既にその起源さえ忘れ  
られている言葉、例えば  
「元氣」「肝腎要」など数  
多くあります。実際に中  
医学の中では、格言のよ  
うに使われる様々な四  
文字熟語があり、「汗為  
涙心」というのもそう  
いった言葉の一つです。  
体を動かした時や、暑  
い時汗がたくさん出ま  
すが、「汗が出ると、心臓  
には大きな負担が掛  
かっていますよ」という  
のがこの言葉の意味と  
いえます。

そして、汗をかいたと  
きには水分やミネラル  
の補給のほかに、心の働  
きを補う物の摂取を心  
掛けましょうという事  
なのです。

例え、ニガウリや緑  
豆、あずきなどです。し  
かし、実はこれでもまだ  
足りないものがありま  
す。発汗後には気だるさ  
が残り、しばらく休息を  
しないと回復しません  
が、それは「氣」という  
物質と一緒に失われ、元  
氣不足になっているの  
です。

そこで、中国では夏の  
保健薬として「生脈散  
(輸入名・麦味参顆粒)」  
という処方がよく使わ  
れます。この処方名の通  
り、脈が弱っているとき  
などに使われ、手術や緊  
急時の点滴としても使  
われる処方です。また、  
発汗過多による心筋梗  
塞予防にも役立ちます。

心肺機能を改善する  
ので、スポーツの時にミ  
ネラル飲料などに混ぜ  
て少量ずつ飲むことに  
より、バテルのを防ぐと  
いった使い方もありま  
す。

暑い夏しっかり発汗  
対策をして、元気に過ご  
しましょう。

7月30日セミナー「女  
性のための漢方レッス  
ン」(仮題)が淀屋橋で開  
催されます。詳細は恒  
康堂薬局までお尋ねく  
ださい。

中国政府認定国際中醫師

こうこうどう  
恒康堂薬局 中瀬 祥緒

枚方市伊加賀本町 1-16

Tel: 072 (841) 0325

URL: <http://www.cocodo.com>