

液体かぜ薬  
ひきはじめに効く

葛根湯  
眠くなる成分を含んでいません。  
初期症状) 発熱 ぶしの痛み



ストレス時代の漢方処方  
タイプG  
第2類医薬品  
軟便に

1日2回で  
しっかり効く  
葛根湯

葛根湯  
内服  
真夏の健康管理  
“新常識”!



完全保存版

# 名医11人が 本当に飲んでいる 漢方薬23

首が痛い時に整形外科医が、  
鼻づまりの時に耳鼻科医が使っているのは？  
西洋医学のプロが頼る「異分野」の薬——

医学が目覚ましい進歩を見せる一方で、いま「漢方」の力が見直されている。2000年以上の伝統を持ち、西洋医学の薬とは違った作用機序による効果が期待できる漢方薬を、様々な分野の名医たちが、改めて高く評価しているのだ。では、どの漢方を、どんな状況・タイミングで飲めばいいのか。11人の名医が「自分でも飲んでる漢方」を明かす。

飲む機会が多い  
二日酔い  
飲む機会が多い方  
宇津救命丸

クラシエの漢方  
錠剤 48錠 4日分  
第2類医薬品  
中益気湯 T-21

足のつらさ  
こむらがりえりに  
効く  
クラシエの漢方  
錠剤 12錠 4日分  
芍薬甘草湯

漢方  
TUMURA  
KAMPO

六君子湯  
くんしとう  
がもたれて  
られない方に  
消化不良、胃炎

鼻水・アレルギー性鼻炎

満量処方シリーズ  
眠くなる成分は入っていません

小青竜湯  
しょうせいりゅうとう  
クラシエの漢方

10包(スティック顆粒)  
第2類医薬品

リスクは？  
飲み合わせは？  
液体と粉末は  
どっちがいい？  
すべての疑問に  
答えます!!

ツムラ漢方  
TUMURA  
KAMPO

芍薬甘草湯  
しゃくやくかんそうとう

筋肉がけいれんして  
痛む方に

げるせき・  
むなどの症状

処方シリーズ  
眠くなる成分は入っていません

麦門冬湯  
ばくもんとうとう

クラシエの漢方

## 岡野医師が頼っている漢方

### 酸棗仁湯

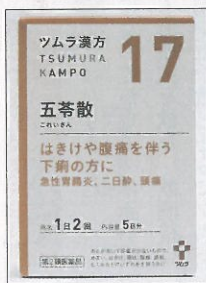
●サンソウニントウ  
夜寝付けない時、就寝前に服用している

### 半夏厚朴湯

●ハンゲコウボクトウ  
ストレスや緊張を感じた時に飲んで気持ちを落ち着かせる効果を得ている

### 五苓散

●ゴレイサン  
悪酔い、二日酔い防止のため飲酒前に飲む



### 岡野 敬(眼科)

48歳。スマイル眼科クリニック院長。緑内障や前眼部疾患、アレルギー性疾患専門。日本眼科学会会員。杏林大学医学部卒業後、杏林大学病院アイセンター等を経て現職。

種が入っていて、脈拍などを整える作用があります。そのため不整脈や動悸の改善、さらにストレス軽減やあがり症予防などに効果があり、飲んで数分もすると感情の昂りがおさまり、心が平坦になっていくのを実感しています。

暑くて寝れない夜は酸棗仁湯  
なかなか寝付けない夜に使っているのが**酸棗仁湯**です。比較即効性がある漢方薬で、1日1回、寝る前に1〜2包飲むだけで自然な眠りに入れます。  
入眠障害（寝付けない状態）や途中覚醒（睡眠途中で起きる）、早朝覚醒（朝早く起きてしまう）など不眠症のすべての症状に対応

しているのも特徴です。深い眠りを得られるので、飲んだ翌朝の目覚めは非常に良い。睡眠導入剤と違い副作用もほとんどありません。また、重要な会議や学芸発表の前などに気持ちを落ち着かせるためによく飲んでいっているのが**半夏厚朴湯**です。  
主成分の1つにブクリヨウ（和名はマツホド）というキノコの一

## 名医11人が本当に飲んでいる「漢方薬」23



### 加藤一彦(消化器外科)

65歳。かとうクリニック院長。1984年、大阪医科大学を卒業後、東京女子医科大学第二外科入局。聖隷浜松病院、東京労災病院等を経て現職。

学生時代から漢方薬には馴染みがあって、ストレスで胃がキリキリ痛んだりすると**安中散**を使っていました。  
普段自分で使っている漢方薬は風邪薬が多い。風邪の初期症状でお腹が緩い時は**葛根湯**、鼻水が出る時は**小青竜湯**、咳が出始めたら**五虎湯**や**麦門冬湯**といった具合に、症状によって使い分け

ています。  
近年、漢方薬の研究でわかってきているのは、生薬が腸内細菌のはたらきによって有効成分に変わって大腸から吸収されるということです。大腸から徐々に体内に巡っていくから、飲み続ければ体の免疫力が高くなると言われています。漢方薬には、複数の効果が期待されるものが多くあります。たとえば葛根湯でも、風邪の初期症状以外に肩こりや頭痛、神経痛、蕁麻疹などにも効果がみられることがあります。飲み続けることで免疫力が上がり、より病気になるにくくなって予防にも繋がると考え

## 加藤医師が頼っている漢方

### 安中散

●アンチュウサン  
胃痛や胸やけ、吐き気、食欲不振などの時に

### 六君子湯

●リックンシトウ  
倦怠感、食欲不振、胃もたれ、みぞおちのつかえなどがある時に飲む

### 葛根湯

●カコントウ  
風邪の引き始めに飲む

### 小青竜湯

●ショウセイリュウトウ  
鼻水が出始めたら飲む

### 五虎湯

●ゴコトウ  
咳が出始めたら飲む

### 麦門冬湯

●バクモンドウトウ  
咳が出始めたら飲む



## 胃がキリキリする時には安中散