

めまいの漢方ご紹介

沢瀉湯



◎めまいのファーストチョイス。立ちくらみから回転性のめまい。
 ◎沢瀉と白朮の組み合わせで、少ない薬味(2つの生薬)で構成されているので、切れ味がよく、非常に激しく急激に來ためまいに活用されている。
 ◎胃下垂や神経性、耳性などさまざまな原因によるめまい、船酔い、メニエール病、ヒステリー、などに応用されている。

沢瀉は寒性の利水薬で、白朮は温性の利水薬である。脾胃の水毒(病的な水分)が何らかの原因で動き、それをこの2味で取り除き、動揺を鎮める。寒性・温性の相反する働きの2味から成っているため拮抗しており、大きく陰陽のどちらかへ偏ることはなく大変使いやすい。

苓桂朮甘湯



◎朝起きにくい、目まいや立ちくらみに悩む方向け。
 ◎自分や周囲がグルグル回る感覚がある方、フラフラしてまっすぐ歩けなくなることがあるという方。
 ◎疲れやすい、ストレスをためやすい方など。

「水(すい)」の代謝が悪くなり、「水(すい)」が体の上のほうでたまって「気」のめぐりをさまたげると、めまいが起こります。「苓桂朮甘湯」は、「気」を補ってその上昇を助けるとともに、たまった「水(すい)」をとり除く処方。「心(しん)」にもはたらき、動悸や息切れなどを改善します。

半夏白朮天麻湯



◎冷え症で胃腸が弱い人のめまいや頭痛などに。

【人參・黄耆】・・・人參は臟腑の、黄耆は肌表の気を補うとされ、両者をもとに用いることで補氣の作用は強化される。また、黄耆は発汗を調整して利水作用も有する。
 【白朮・蒼朮】・・・白朮は「燥湿」といい、健脾することで痰湿の運化を促す「補」の薬味である。一方蒼朮は「化湿」といい、発散することで祛湿除痰する「瀉」の薬味である。
 【陳皮・半夏】・・・胃にはたらき配合。
 【茯苓・沢瀉】・・・津液の流れを整え出口をつくる。
 【生姜・麦芽】・・・食欲を出し消化を助けるため。
 【黄柏】・・・燥湿しながら清熱し、痰の化熱を防いでいるといえる。

当帰芍薬散



◎貧血症など血の不足に伴うめまい、立ちくらみに。
 ◎やせて体力がない方向け。

当帰芍薬散(とうきしゃくやくさん)は、「産婦人科の三大漢方薬」の一つで、血行障害やうっ血などを表す「血(けつ)」の不足を補い、血液の巡りをよくして、体を温める「駆瘀血劑(くおけつざい)」です。

杞菊妙見丸



◎腎虚症状がある方のめまいに。
 ◎目が疲れ、夕方になるとピントが合わずぼやけるタイプ。
 ◎排尿困難、頻尿。
 ◎陰虚体質(ほてり、のぼせ、口渴)のある人。

老化は腎と非常に深い関係があり、腎の働きが弱くなってくると全身の老化が進みやすくなります。杞菊妙見丸(こぎくみょうけんがん)は、腎の働きを補う「補腎薬」で、体の内臓から来る老化を防ぎ、肝を強化することで、加齢によるトラブルを抑制することができます。腎を補う最も基本のお薬である「六味丸(ろくみがん)」に、肝の働きを高める作用を持つ、菊花(きくか・菊の花)、と枸杞子(くこし・枸杞の果実)を加味したもので、処方名「杞菊地黄丸(こぎくじおうがん)」として、昔から飲む目薬として愛用されてきました。