



花粉症と漢方



「冬来りなば春遠からじ」花粉症の季節はすぐそこです。
「花粉症」は一種のアレルギー性鼻炎。花粉の飛散が多くなる時期に目や鼻のかゆみ、くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの症状があらわれます。

春 スギやヒノキ 5月 イネ科の植物 9～10月 ブタクサ

花粉症は、花粉が鼻の粘膜を刺激して起きる免疫反応です。

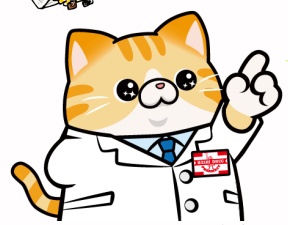


花粉も異物の一種には違いないですが、さほどの毒性はなく、体質によっては、なにも反応しない方もいらっしゃいます。ようするに花粉症は過剰な反応という事ですね。

花粉症に漢方



鼻炎のお薬は眠気が発生するものも多く、お薬を飲まなくても済むならそれに越したことはないんだけど～



鼻の症状は軽く見られがちなのですが、口呼吸は鼻呼吸に比べて酸素を取り込みづらく、長く続けば慢性的な酸欠を招いて、どんな病気の原因になってもおかしくありません。しっかりと治していくことが大切です。



また、同じ鼻の症状でも、蓄膿症といわれる病態もあって、対処法が異なります。
「鼻の症状を自分で治したい」お悩みのお客様は、ハシドラッグのスタッフに相談してみてくださいね。

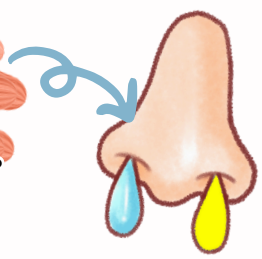
漢方で花粉症の症状を和らげる



漢方では症状の原因を考えて根本から対処します。漢方の考え方を応用すれば、花粉症になりやすい体質を改善することもできます。なので、症状や体質を考えてお薬を選ばなければなりません。



たとえば、水っぽい鼻水が出る場合と、黄色く粘る鼻水が出る場合では、同じ鼻の症状でも対策が異なります。



漢方で体質改善



選び方難しいですが、自分にあったものを選ぶのは、漢方の利点です。



漢方では、花粉症の悪化には、生活習慣が大きく関わっていると考えます。
睡眠不足や飲食の不摂生、過剰なストレスなどは身体が本来持っている治癒力や防御力を弱めてしまいます。



マイナス1℃

特に気を付けたいのが胃腸の冷えです。



漢方では、胃腸が冷えることで機能が低下すると、水分の代謝が悪くなり、体に余計な水分がたまる。つまりむくみがおきると考えます。
鼻がむくめば鼻づまり、それがあふれば鼻水です。
ビールをジョッキ一杯飲めば、胃腸の体温が1℃下がり、2～3時間は元に戻らず、本来の性能を発揮できません。
「お酒飲むとむくむ」「お酒飲むと鼻がつまる」って方は多いのではないですか？
冷蔵庫が普及した現代は、胃を冷やしやす。まさに花粉症は現代病なのです。

鼻に効く漢方



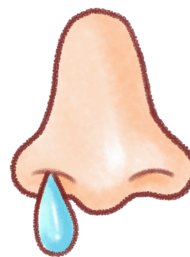
冷えタイプ

水っぽくサラサラした鼻水があふれてつらい

小青竜湯(ショウセイリュウトウ)がおすすめです。

小青竜湯には身体を温める生薬が多く配合されていて、温めて水の循環を促し余分な水を身体から排出することで、あふれる鼻水の症状を緩和します。

鼻水としてあふれるからつらいので、汗やおしっこならつらくないですね。できればぬるま湯で飲むのがベストな飲み方です。



第二類医薬品

クラシエ薬品(株)

小青竜湯エキス顆粒Aクラシエ

<2.0g×10包>

1280円(税抜)

1408円(税込)



ほてりタイプ

鼻水や目やにが黄色く粘り、鼻づまりや目の充血を伴う

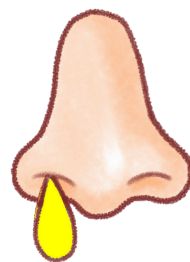
こんな症状は蓄膿症も疑われます。

そんな時は「ホノミビスキン」がおすすめです。

細菌が繁殖している場合が多いので、抗菌生薬を入れ、膿を出す力も併せ持ちます。鼻づまりも速攻で通ってきます。

もう一種類、辛夷清肺湯(シンイセイハイトウ)という処方もありますが、こちらは、体を冷やしすぎるので万人向きではないです。

「顔のほてりがおさまらずつらい」という時は、辛夷清肺湯に切り替えるのもいいと思います。



第二類医薬品

ホノミ漢方

ホノミビスキン

<45カプセル>

1980(税抜)

2178円(税込)

<240カプセル>

8660(税抜)

9526円(税込)



体質改善

疲れやすく身体全体の機能が低下していると、治りづらいもの。

鼻の症状を漢方で治そうと思われるなら、レオピンの併用がおすすめです。

からだ全体の血行を促進するので、内臓の機能が高まり、おのずと水分代謝もよくなります。

胃腸の弱い方は、普段からかぜをひきやすく、軟便下痢傾向でむくみやすい方が多いです。

花粉症の鼻水症状がおさまっている時期に、弱っている部分を補い整えることで、毎年の症状が出にくいように身体が強化されます。

シーズン本格化の前の「今」から飲み続けるのもおすすめ。疲れもとれやすくなるので、毎日の生活が楽しくなりますよ。



以上、いろいろご紹介しましたが、花粉の季節はすぐそこ。しっかり準備して乗り切りましょうね!

漢方小僧こと
ハシドラッグ西店所属
登録販売者 八巻慎弥