

## Question よくあるご質問



**Q** 漢方薬は長く飲み続けないと効きませんか？

**A** 急性症状（こむら返り、風邪症状など）では、早いと数分から数十分単位で反応が現れる場合が多いです。慢性症状の場合は、早いと2～3日、遅くとも2週間くらいで反応がみられます。長く飲まないとお効かないという言い方がされますが、それは、身体全体が確実に変わるためにはある程度の期間を必要とすることがあり、さらに内服を中止できるまでになるには、中止時期を確認する期間を必要とするためと考えます。

**Q** 漢方薬に副作用はありますか？

**A** 漢方薬に含まれる生薬の一つが原因の場合が多いです。多くは服用を中止することで改善します。また、副作用ではなく、その時の体調に合わないことが理由の場合があり、その場合は体調が変わると内服が可能のこともあります。主治医や薬剤師に相談しましょう。

**Q** 漢方薬は苦くて飲みにくいですか？

**A** 漢方薬は複数の生薬から構成された薬であり、独特の味がします。本来は煎じ薬で内服するものが多いですが、現在は細粒・顆粒があるため、かなり内服しやすくなっています。子供さんも受診されますが、そのまま内服できない場合はお薬ゼリーで内服したり、ココアなどに溶かしたりと工夫して内服しています。ただ、どうしても飲みにくい味の場合は、主治医に相談しましょう。

### 新型コロナ後遺症外来

女性医師による予約制の外来です。  
エキス剤に加え、煎じ薬処方が可能です。ともに保険処方いたします。  
お困りの症状がある方は、お気軽にご相談ください。  
第二川崎幸クリニックにて、新型コロナ後遺症外来を行っています。



漢方外来・新型コロナ後遺症外来 / 内科医師  
金子 明代

# コロナ後遺症と漢方

監修：横浜石心会病院 漢方外来・新型コロナ後遺症外来 / 内科医師 金子 明代

## 漢方とは

漢方医学では、不調の原因である異常な偏りを、できるだけ中心に戻すように働きかけ、治癒力を高めることで改善を図ります。

“木を見て、森も見る”という考えで、局所症状も心身全体の中に位置づけながら治療をしていきます。

使用される漢方薬は、十分な効果を発揮するために漢方特有の“尺度”を用いて、ご自身の体調・体質にあった漢方薬が選択されます。

不調の原因が、「心因性」や「自律神経症状」と自己判断し、積極的に治療していないこともあります。症状が長引けば長引くほど治りにくくなるため、早目に受診し治療することが大切です。



## 新型コロナ後遺症に対する漢方治療

新型コロナ感染症は、療養終了後も症状が続いて消失まで時間がかかる傾向があります。

一般に、“後遺症”とよびますが、厚生労働省は“罹患後症状”、英語では“Long-COVID”とよび、感染症が消失しても続く症状のことをいいます。



だるさ、疲れやすさ、ブレインフォグ（頭がぼーっとする、集中力・思考力低下など）、頭痛、睡眠障害、咳、呼吸が苦しいなどの症状が、代表的症状です。

だるさや疲れやすさは、局所症状ではなく全身の状態のため、体調治療を得意とする漢方薬で対応します。咳や睡眠障害などは、一般の対症療法だけで改善することもあります。一般の治療で効果が得られないケースもあり、その場合は漢方薬で体調を整えることで改善を助けます。



また、治癒力を高めるためには、冷え、自律神経症状、ストレス・精神症状など、他の不調を一緒に改善させることが大きなポイントとなります。

同時に、ご自身でのエネルギー（漢方でいう“気”）のコントロールが重要であり、そのための生活調整が必要となります。



当外来では、これらを同時におこなってまいります。

## 漢方治療の診察方法

漢方での診察は、漢方独自の診察方法（脈診、舌診、腹診）により、症状が出ている部位だけではなく、全身状態をみて診察します。

### 診察の流れ

漢方問診表の記入



### 診察

- 1) 問診（お困りの症状と現在の体調についてお聞きします）
- 2) 漢方的診察（脈診、舌診、腹診など）



### 処方

個々の患者さんに合わせた漢方薬の処方



## 漢方での“尺度”とは

漢方医学には、独自の理論に基づいて体調・体質を評価する多くの“尺度”があります。その中の一つに、「気（き）」「血（けつ）」「水（すい）」があります。これは生命を構成し、流れるものの概念で相互にも影響し合います。これらが、過不足なく、滞りなく流れることが理想となります。さらに、部位・局所を示す概念として「五臓」、病態の進行をあらわす「六病位」など、さまざまな“尺度”があります。これらを使い、全身の診察から得られた情報を立体的に組み合わせ、最終的に患者さんにふさわしい漢方薬を選択します。新型コロナ後遺症は、“気”の不調が中心と考えますが、漢方的には、新型コロナ感染以前からの体調・体質の上に現在の状態があると考えますので、結果的には全体を評価・治療することになります。



「気（き）」エネルギー

気の不調：疲れやすい、だるい、息苦しい、気力低下、不安 など（咳、頭痛は除く）

「血（けつ）」血液や生体の構成物質

血の不調：冷え、のぼせ・ほてり、皮膚乾燥・荒れ、脱毛、月経異常 など

「水（すい）」血液以外の水分

水の不調：めまい、頭痛、むくみ、下痢、関節痛、排尿異常 など