

## 漢方薬でできること 一脂質異常症・糖尿病・肥満一

外来で相談が多いのが、

- ①漢方でコレステロールの値を下げられますか？
- ②糖尿病のコントロールができますか？
- ③やせたいんですけど  
など「生活習慣病」にからむ内容です。



これらは「生活習慣病」と言われるくらいですから、  
まず生活習慣の見直しが先です。

他人に言われて食生活を変える人はまずいません(自分もそうです)。

自分が何か病気になったり、血液検査の結果が非常に悪くて  
主治医に「このままではいけません」と指摘を受けたりしないと  
改めることはないでしょう。

その時には西洋薬による治療があります。  
コレステロールの値や血糖値を下げることは  
内服薬で簡単にできます。  
それを維持するのが大変なのです。



食事療法は大切です。

いろいろな食事療法がありますが、50歳を超えた方には  
糖質制限食(主食を控えてお肉などのおかずをいっぱい食べる方法)を  
おすすめします。

あと10年くらいで「生活習慣病」を持つ人の  
スタンダードな食事療法になると確信しています。

江部康二先生の

「炭水化物の食べすぎで早死にはいけません」  
(東洋経済新報社)などを一読されるとよいでしょう。



## 漢方薬でできること

病名にとらわれずに冷え、  
暑がり、イライラ、便秘、  
神経症など、その人が  
困っている状態を漢方薬で  
対応すると体のバランスが  
良くなり、病気が快方に  
向かう可能性もあります。

体力のある人ならば、太鼓腹タイプの肥満の人には  
⇒**防風通聖散**(ぼうふうつうしょうさん)

がちり体格で怒りっぽく、おなかが張っている人には  
⇒**大柴胡湯**(ださいことう)

水太りには  
⇒**防己黃耆湯**(ぼういおうぎとう)

糖尿病初期の口渇、ほてりには  
⇒**白虎化人參湯**(びやくこかりんじんとう)

糖尿病を発症している高齢者で冷える、疲れる方には  
⇒**八味地黄丸**(はちみじおうがん)

## インフルエンザワクチン 水痘ワクチン

- ①**10月1日(水)からインフルエンザワクチンの予約を開始します**  
接種開始は10月14日(火)です。  
原則として受付にて予約をしてください(電話可)。予約制とします。
- ②**水痘(みずぼうそう)ワクチンが10月1日から定期接種になりました**  
対象者:生後12月から生後36月(1歳以上3歳未満)  
接種方法:2回です  
詳細は御相談ください。



## お知らせ

### 小児夜間急病センター当番日

10月10日(金) 19:30-22:30(受付) 岐阜市民病院

### 休診のお知らせ

10月25日(土)から10月29日(水)まで都合により休診します。