

～院長コラム～

『強制シャットダウン』

不眠症の相談が多くなっています。
内科、精神科ですでに睡眠薬、睡眠導入剤を処方されている方が来られます。

「あまり常用したくないと思っているんですが、なかなか中止できないんです。漢方で何か良いものがありますか？」
漢方の本を見ると、大柴胡湯(だいさいこうとう)、柴胡桂枝乾姜湯(さいこけいしかんきょうとう)、黄連解毒湯(おうれんげどくとう)、半夏厚朴湯(はんげこうぼくとう)、抑肝散(よくかんさん)、帰脾湯(きひとう)、抑肝散加陳皮半夏(よくかんさんかちんぴはんげ)、酸棗仁湯(さんそうにんとう)、温経湯(うんけいとう)、加味帰脾湯(かみきひとう)とたくさん書いてあります。

疲れているのに眠れない、には酸棗仁湯(さんそうにんとう)、貧血を伴うなら、帰脾湯(きひとう)、貧血、精神不安があれば加味帰脾湯(かみきひとう)でしょうか。

今回は、抑肝散(よくかんさん)です。
ストレスがたまってイライラ、焦燥感も伴っている、不安もあつたりするなら抑肝散を試します。

昔から、「イライラしてる？」って聞いて、「イライラしてる」と患者さんが答えたらまず使います。

抑肝散が合うと判明した人は、夜寝る前に抑肝散を2包いっぺんに飲みます。

イライラしたり、頭がオーバーヒートしている方には、強制シャットダウンのように効くので、サッと眠れるようです。

「こども健康ネットブログ」より



なかしまこどもネット QRコード
※名前を入力して送信して下さい



こども健康ネットブログ
QRコード

なかしまこどもクリニック



通信

2017年11月号

なかしまこどもクリニック 瑞穂市十九条(パロー北)

ホームページ www.n-kodomo.com

診療時間		月	火	水	木	金	土	日
午前	8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	
午後	14:00~15:00		△		★	△		
	16:00~18:30	○	○			○		

★:漢方外来 14:00~17:30 受付 △:乳幼児健診及び予防接種



TEL:058-327-3100

2015年5月11日～
診察・予防接種
インターネット予約
QRコード

