

四季彩便り

2010・晩夏

発行人 光が丘
サニエ 四季彩堂
漢方 酒見 裕子
漢方 酒見 裕子
(092)927-2693

処暑



声聞けば あつさぞまきさる蟬のはの
うすき衣は身にきたれども

和泉式部

立秋を過ぎ、暦の上ではもう秋ですが、梅雨明け直後からの連日の猛暑に身体が対応しきれませんね。

冒頭の歌のように蟬の大合唱が聞こえてくると、暑さがいつそう増幅されるようです。

でも、空を滑空するツバメの姿がめつきり少なくなつたので、きつと子育てを終えて南へ旅立っているのでしょうか。

もうひとつ気付いたのは、夜、虫の鳴く声が聞こえてきたことです。

昼間の残暑は厳しいけれど、ちよつと目を凝らし、耳を澄ましてみれば、季節は着実に歩を進めていることが分ります。



秋立つと人はつげねど知られけり

み山の裾の風のけしきに

西行

私たちの体も夏の間に開いた体表や粘膜の膜理(キメ)を徐々に閉じ、収斂の時季へと移り冬を迎える準備を始めます。

キメがスムーズに閉じないと、アレルギー性鼻炎や皮膚のトラブル、口や喉の乾燥などが起こりやすくなりますよ。

四季の話題

今夏はことのほか熱中症で倒れる人の数が増えていて、意外なことにその約半数が屋内で起こっているとのこと。

過去に熱中症を体験したという方の話によれば、なんと四〇度を超える高熱に加えて寒気が強く、汗が全く出なかつたそうです。

それを聞いてとても怖いなと思いました。

テレビや新聞での報道に接しても、「自分は大丈夫」と、対岸の火事のごとく考えてはいないでしょうか。

熱中症(熱射病)は下手をすると命の危険すら出てきますから、未然に防ぐための対策を講じることがとても大事です。

中国医学では熱中症(熱射病)は、気・血・水のうちの気(エネルギー)と水(体液)が不足することによって起こると考えています。

ただ水分を補給すれば万全かといえば、その水分を体液として細胞に取り込む気力が足りなければ熱中症(熱射病)を防ぐことは、残念ながらできません。

特に高齢者では点滴液を細胞に引き込む力(気・エネルギー)が不足しているので重篤になる可能性が高くなります。

麦味参顆粒(生脈散)は体に気(エネルギー)と水(体液)を補い、熱中症の危険から体を護ってくれる処方です。



折々の薬草

ガマ (生薬名 蒲黄)



休耕田や湿地などに生えているこの植物は、『古事記』に記された日本神話「因幡の白兔」でお馴染みですね。

サメを騙したために皮を剥がれて苦しんでいる白兔に、おおくにぬしのみこと大國主命は

ガマの穂綿に包まるよう教えて

この白兔を助けたという薬草伝説。

ちなみに「蒲団」の字は、ふとんの中身として綿を使うより以前に、ガマの穂綿を利用したことに由来しているとか。

薬用には、夏、花が開き始めたころの花穂の上部(雄花)の黄色い花粉を使用します。

消炎や止血の働きがあり、吐血・鼻血・打ち身の内出血・子宮出血などに用いられます。

伝統薬「打身丸」に



配合されています。

また、葉や茎は△シロや簾・籠などを

作るのに利用され、若い葉や根は食べられるので、昔は揚げ物、蒸し物、塩漬け、

粉にひいて餅にするなど、生活に欠かせない植物だったのでしょ。

インドの一部や南太平洋のある島では花粉を練ってパンのようにして焼き、食糧

にしているのだそうです。

夏ばて・慢性的な体の疲れ・だるさ・食欲不振・肝臓の疲れにこの一杯…コンクレバン!