

昨秋のある日曜日の朝、一本の電話がかかってきました。
 卒寿を過ぎてなお独居を続けている母が自宅の階段から落ちて
 ガラス戸で激しく頭を打ち、ケガをしたとの知らせでした。

いつかこんな日が来るのではないかと漠然とした懸念は持っていましたが、それが現実のこととしてふりかかってくると、「ついにこの日が来たか…」と動揺し、はやる気持ちを抑えながら車を走らせました。

実家に着くとすでに従兄が母を救急病院に連れて行き、十針ほど縫う処置も終わっていました。従兄によれば、母の話の辻褄が合わないということです。

明け方に見た夢と現実の区別がつかなくなっているのと、ないものが見えるらしく、家中に虫がうごめいていると殺虫剤を散布したり、クモの巣を払うようなしぐさを見せたり……しびー小体型認知症のような現象です。

困惑しながらも母の症状に対処する方法を私なりに考えました。

まず頭を強打したために脳震盪を起こしたのだから、脳は中医学では「腎」がつかさどり、見え方がおかしいという目の症状は「肝」の問題なので、「肝」と「腎」を養う**杞菊地黄丸**を取りあえすのませました。

夜中にまたおかしな言動が起こるのではないかと心配でしたが、一晩ぐっすり眠った翌朝、「昨日はどうしてあんなこと言ったのかしら」と「正気」に戻っているではありませんか！「かあさん 今虫は見える？」と聞くと「いいや、見えな

い。昨日言ったこと、全部覚えてる」と言うので、ほっと胸をなぐ下ろしました。その後の精密検査でも頭蓋内出血などの異常は認められず、一週間後の抜糸で事なきを得ました。

それにしても九十一歳にもなる老母が、階段を五、六段転げ落ちて全身打撲したうえに、頭でガラスを二枚割った事故にしてはまったく骨折していなかったのは奇跡としか言いようがありません。

母曰く、「あんたが持ってきてくれた漢方薬が効いていると思う」。

母には歳を重ねるにつれ硬くなる体の柔軟性を保つために**杞菊地黄丸**と「ラーゲン配合飲料」、足腰の弱さを少しでも防ぐために**独歩顆粒**、老人性貧血を改善させたいと考えて**参茸補血丸**などを飲ませています。

老母が独居マイペース生活を一日でも長く続けられるように願っています。



旬の薬膳

セロリとアスパラガスの塩炒め

材料

- | | |
|-------------------------------|------|
| 牛切り落とし肉 | 200g |
| セロリ | 1本 |
| グリーンアスパラガス | 2束 |
| A 【酒・しょうゆ各小さじ1 片栗粉小さじ1 ごま油少々】 | |
| B 【酒大さじ1 塩小さじ1/2 砂糖・こしょう少々】 | |
| 水大さじ1 片栗粉小さじ1/2 | |
| 油大さじ1+1/2 | |



作り方

- ① 牛肉はAの酒としょうゆをもみ込み、Aの片栗粉をまぶし、ごま油を加えてほぐすように混ぜる。
- ② セロリはスジをとって斜め薄切り、葉もぎく切りにし、葉と茎の部分は分けておく。アスパラガスは固い部分の皮を皮むき器などでむき、5〜6ミリ厚さの斜め切りにする。Bの調味料を混ぜ合わせておく。
- ③ フライパンに半量の油を熱し、①の牛肉を中火で表面の色が変わる程度に炒める。水気や油を残して肉のみいったん取り出す。
- ④ フライパンを拭いて残りの油を熱し、セロリの茎とアスパラガスを強火で炒める。アスパラガスに火が通ったら牛肉を戻し入れて炒め合わせる。
- ⑤ Bの調味料を加えて炒め合わせ、セロリの葉を加えて全体を混ぜ、火を止める。

—— 植山美保のキャンタン薬膳 ——

「木の芽とき」とも称されるこの季節は精神的なストレスの影響を受けやすく、**ストレスは自律神経と関係の深い「肝」に影響して「気」の巡りを悪くします。**

そんなときは、**香り野菜で気の流れをよくしましょ。**

