

四季彩便り

2008・盛夏

発行人
サニ光が丘
漢方四季彩堂
酒見裕子
(092)927-2693

猛暑日

最近「猛暑日」という言葉を耳にする機会が増えましたね。

「猛暑日」とは気象庁が昨年四月一日から使い始めた予報用語で、最高気温が35℃以上の日を言うのだそうです。

他には

夏日：日中の最高気温が25℃～29℃

真夏日：30℃～34℃

熱帯夜：最低気温が25℃を下回らないとなつています。

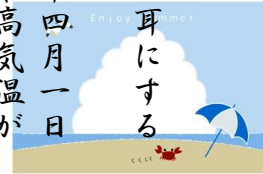
また今夏はインド洋西部で海水温が上昇する可能性が高いとの予測が出ていてまさに猛暑の夏到来です。

大暑を過ぎた七月二十三日以降アブラゼミの鳴き声が一層大きくなったように、更に暑さが増幅された気分です。

引き続き日射病や熱中症予防に十分ご注意ください。

予防にも治療にも効果を発揮するのが

麦味参顆粒（処方名 生脈散）です。



簡単中医学講座

中国医学では暑熱の頃（真夏）は大量に汗をかくと、体内の水分だけでなく、「気（エネルギー）」が漏れ出るとされています。

「気」を消耗しすぎると、心臓の機能が弱まり、不整脈や動悸・息切れなどの症状が現れ、ひどい場合は狭心症や心筋梗塞などの発作が起こることもあります。

高齢者や心臓に不安を抱える方は特に今夏のような猛暑の時は要注意で、体液の消耗を防ぎ「気」を補う作用の麦味参顆粒が欠かせません。

麦味参顆粒の内容は

朝鮮人参：「気」を補い、体を元気にします。

麦門冬：体に潤いを取り込んで保ちます。

五味子：体から水分が漏れ出ないようにします。

ます。

中国では、かの毛沢東が三度目の心筋梗塞の発作により危篤に陥った時、この薬を静脈注射したのだそうです。

私の父を死の淵から甦らせたのもこの麦味参顆粒でした。

また、頂き物のシクラメンがしおれていた時に、この薬を溶いた水をやったら、見違えるほど勢いよくなり、花をたくさん咲かせたのには驚きました。



季節の養生訓

夏の養生

四季のうち、夏は最も養生すべき季節である。

激しい下痢・嘔吐を引き起こす胃腸炎、悪寒戦慄と下痢を引き起こす熱病、食あたり、通常の下痢・軟便、暑気あたりなどにかかりやすい。

生もの、冷たいものの飲食を禁じ、用心して保養すべきである。

夏にこのような病にかかれば、「元氣」が減ってひどく苦勞する。

病気をいたずらに悩まない

病人は、養生の道をしっかりと守り、いざずらに病気を憂い苦しんではならない。心配しすぎて悩み苦しめば、「気」がふさがって、病はかえって重くなる。

たとえ病が重かったとしても、よく養生を続けければ、思ったよりも早く癒えるものである。

病を憂いて益はない。

ただ、慎むことこそ益がある。

もし、死に至る病の場合は、天命の定めるところであって、嘆き訴えても益はない。心を苦しませるのは愚かな行為である。



— 口語養生訓より —

麦味参顆粒で全身のだるさ・日射病・熱中症・脱水などから体を守り、夏を元気に過ごしましょう！

