

# クリニックレター 2014.June

〒663-8113 西宮市甲子園口2-8-31 医療法人岐黄会西本クリニック  
TEL:0798-65-5111 FAX:0798-65-5115 HP: <http://www.nishimotoclinic.jp/>  
このクリニックレターは、西本クリニックから患者様への情報を、すばやく、わかりやすくお伝えするためのお手紙です。原則月1回の発行で、スタッフが皆さんに知っていただきたい事をビビッドに発信していきます。

## 五苓散の不思議

漢方には、「利水」という言葉があります。これは、体の中の水分代謝を改善する、たまっている水は追い出し、足りない部分には水を流す、ちょうど、田んぼの水を均等にいきわたらせる、というイメージでしょうか。

「え、そんな便利なものがあるの?? 本当??」と思われる方も多いと思います。本当にあるのです。そしてそれをご自分の体で実験された先生がおられます。現在、昭和薬科大学の名誉教授をされているT先生は、「漢方薬の利水作用」を証明するために、自らある病院に入院し、看護師さんに自分の尿道にカテーテルを入れてもらって（これだけでもすごい!）時間尿を測定することにしました。ビールが大好きで、毎日ビールを1L以上も飲んでおられるT先生は、普段から、漢方で言う「水毒-余分な水分が体に停滞していること-」の状態にあったのですが、「五苓散-ゴレイサン-」という漢方薬を服用したところ、約30分後から明らかに尿量が増えることを確認しました。次に、T先生は利尿剤の「ラシックス」を使って体を脱水状態にし、そのあと、同じように「五苓散」を飲んだところ、今度は、尿量が減少する作用が認められたのです。

すなわち、五苓散は、体が水ポチャになっているときには尿量を増やし、水分が不足しているときには尿量を減らして脱水を予防するのです。

これから梅雨に向かう時期、どうしても水分をとりすぎたり、あるいは、汗をかきすぎて脱水（熱中症）になったりと、水分代謝が乱れがちです。そんなときに、五苓散は強い味方になってくれます。

また、五苓散は、雨の前の頭痛・頭重にも効果を発揮します。まさに、「不思議な薬、五苓散」ですね。

クリニックレターのバックナンバーをお読みにになりたい方は、クリニックのホームページをご覧ください。

## 日本中医学会一般公開講座のお知らせ（西本）

9月13日(土)14日(日)に東京において開催される日本中医学会の会頭をつとめることになりました。漢方医学の原点である中医学を通して健康を考えていこうという学会です。

今回のイチおし企画の一つとして、市民の皆さんに無料で参加いただける、一般公開講座があります。

テーマは、  
**中医学で美しく健やかに  
-自宅のできるセルフケア-**

で、  
①薬膳の専門家である板倉啓子さんによる「おうちで薬膳」  
②大阪「まり鍼灸院」院長中村真理さんによる「おうちでツボケア」の二つの講演を予定しています。東京近郊のご友人やご家族の方にお勧めいただければと思います。

日時：9月13日(土) 14:10～  
場所：東京都江戸川区船堀  
タワーホール船堀 5階小ホール

第4回 日本中医学会学術総会 一般公開講座  
中医学で美しく健やかに  
「自宅のできるセルフケア」  
からだは絶えず変化しています。  
良い変化にするかどうかはあなた次第。  
薬膳と針灸の達人が、あなたの美しさと健康効果を  
よりいっそう輝くものにしてくれます  
院長 中村真理 (東洋堂土方医務院長)  
副院長 西本雅夫 (漢方医療クリニック院長)  
基調講演：河田佳代子  
(大阪漢方医学専門学校附属診療所所長)  
演者：  
① 板倉啓子 (国際薬膳食育学会 中級講師)  
テーマ：「おうちで薬膳」  
② 中村真理 (まり鍼灸院 院長)  
テーマ：「おうちでツボケア」  
食べようすは  
仕事しようす  
ツボケアの生活習慣が  
美と健康の源  
9/13 (土)  
14:10-16:10 (120分)  
参加費 無料  
会場：タワーホール船堀 5階小ホール  
(〒134-0091 東京都江戸川区4-1-1)  
お問い合わせ：047-300-4893 (一般公開講座受付係)

## 人間ドックのご紹介

### 淀川キリスト教病院附属うめきたクリニック (YCH メディカルサロン)

@グランフロント大阪・北館6階、ナレッジキャピタル  
YCHでは、一般的な人間ドックだけでなく、利用者様のニーズに応じた、「抗疲労ドック」「ブレインドック」「メンズコース」「レディースコース」「漢方ウエルエイジングドック」「イブニングコース」などのメニューがあります。詳細についてお知りになりたい方は、当院スタッフまでお声をおかけください。なお当院 西本院長が、「漢方ウエルエイジングドック」の担当を兼務しておりますため、当院からのご紹介の場合は、特別料金での受診が可能です。

