

漢方を扱う「街の薬屋さん」は、誰でも気軽に行ける健康相談スポット。上手に活用するために、気になる漢方のあれこれを今年35周年を迎える「北海道中医薬研究会」にお聞きします。

時代と共に進歩を続ける中成薬(漢方薬) 体の不調を感じたら気軽に相談を



漢方で街の人々を健康に
北海道中医薬研究会の歩み

「漢方」という言葉は知っていても、なんとなく漠然としたイメージを抱いている人は多いのではないだろうか。漢方を知るシリーズ第1回目は、「北海道中医薬研究会」会長の上村由美さんに、会の成り立ちと漢方の基本について伺った。

今年10月に設立35周年を迎える北海道中医薬研究会。上村さんの親世代に当たる個人経営のいわゆる「街の薬屋さん」たちが、地域の

の人々の健康に漢方の力を役立てようと、学びの場を自分たちでつくるために1986(昭和61)年に立ち上げたものだ。同時期に全国本部・日本中医薬研究会も発足し、中国(中国の伝統医学)の勉強会を定期的に開催するなど、系統立てた勉強を重ねている。現在、全国に約1000店の会員店がある歴史のある会だ。

「僕の名前はニーハオ・シンシン(星星)。安心・安全な中成薬を扱う目印だよ。北海道中医薬研究会の会員店にいるから会いに来てね」



「お答えします
北海道中医薬研究会 会長
漢方薬局いちやく草 店主
上村 由美さん
札幌市出身。薬剤師、国際中医専門員。総合病院薬劑部、いくつかの漢方専門薬局勤務を経て、2008年漢方薬局いちやく草を開局。現在、北海道中医薬研究会会長として全道各地の会員店とともに、技術と知識を磨きながら地域の健康に貢献している」

コロナ禍のストレスが 身体症状を生むケースも

街の漢方専門薬局・薬店の一番の特徴は、前述したように一人一人にじっくり向き合う「相談」にある。では実際に北海道中医薬研究会の会員店では、どのように相談を受けているのだろうか。

「つらい症状には、悩みの歴史があります。漢方相談では普段の生活習慣から既往歴まで伺って、原因がどこにあるのかを考えていきます。漢方には、病気の発症を予防する「未病」という考え方がある。「未病を守ることも大事な使命」と上村さんは語る。つらい症状はいつたん良くなっても、同じようなストレスがかかれば繰り返すことが多い。生活習慣の改善など、養生方法をアドバイスする場合もあるという。

ストレスといえば、このコロナ禍で、私たちには相当なストレスがかかっているはず。「皆さん、今は我慢するのが当たり前と受け止めがちですが、ご本人にとってあまりにつらいラインを超えると、身体症状として出ることもあるんですよ。混乱した体の状態に自分で気付くことが大切だという。「中医学の考え方で症状の大本を示すと、お客様も安心されるようです」。心当たりがある人は、相談してみてくださいいかがでしょうか。

中医学の学びを生かして 一人一人に最適な提案を



白・赤それぞれのシャクヤクの花の根や紅花など、生薬の一例。
中成薬は自然界の生薬を2種類以上組み合わせで作られている

時代に合わせてアップグレード 生活習慣病の中成薬も開発

数千年という歴史に裏付けされた中医学は、現在も進歩を続けている。例えば、近年では生活習慣病には、瘀血(おけつ)と表現する微小循環障害が関係していることが分かってきている。中国では1960年代にその「瘀血」を改善する「冠心II号方」という医薬品が作られた。日本では1980年代に冠心II号方を基に「冠元顆粒」という医薬品が開発され、製品化されたとのこと。時代に合わせたアップグレードされた中成薬が誕生しているのだ。

中成薬で使う生薬の多くは、植物が原料だ。同じ植物であれば成分は基本的に同じだが、かつては産地や育て方によって微妙に効能が異なるという考え方もあった。広大な国土を持つ中国では、さまざまな生薬の入手が可能だ。北海道中医薬研究会では、厚生労働省の厳しい基準をクリアして輸入した安心・安全な中成薬を紹介している。「私たちは豊富な中成薬を取り扱っています。種類が多いほど、症状に合う薬の提案はしやすくなると思いますね」。

北海道中医薬研究会について

北海道中医薬研究会は、中医学の理論と臨床経験に基づいて、地域医療への貢献を目指す団体。道内各地に全42店舗の会員店があります。



札幌市内にある16店舗をはじめ、道内各地の会員店の詳細は、左のQRコードにアクセスすると見ることができます



<https://hokkaido-kanpo.com/>

北海道中医薬研究会

来店
プレゼント

あめ



小冊子

お近くの会員店に健康相談のご予約をする時に「HOを見た」と伝えと、来店した際に「板藍のど飴」と「中医学で健康長寿」の小冊子」をプレゼント!

日本初の製品化

丹参をはじめとした血の流れをよくする4つの生薬と、木香、香附子という気の流れをよくする2つの生薬を配合し、6種類の植物性生薬が、「頭痛」や「高血圧」といった瘀血を要因とする疾患を体の内側から改善します。

イスクラ
冠元顆粒

第2類医薬品
45包・90包



公式ブランドサイト



<効能・効果>

中年以降または高血圧傾向のあるもの次の諸症
頭痛・頭重・肩こり・めまい
動悸

【製造販売元】

イスクラ産業株式会社
お客様相談室 ☎03-3281-3363
<https://www.iskra.co.jp>