

# にこにこ通信

令和4年5月号No.163

医療法人社団 古川医院

〒734-0023

広島市南区東雲本町1丁目1-2

TEL 082-281-7889

FAX 082-286-0100

ホームページ

<http://www.furukawa-iin.com/>

68

## 芍薬甘草湯(しゃくやくかんぞうとう)など 漢方薬のご案内

みなさま漢方薬を飲まれたことはございますか？ 治療を受けても体調が改善しない時などに、東洋医学の漢方薬が、西洋医学の補充医療として、行われています。漢方薬には、様々な生薬が含まれています。

今回ご紹介する芍薬甘草湯は、こむらがえりや足がつったときに飲まれる漢方薬ですが、漢方では珍しく即効性のあるお薬です。キューっとなる痛みにも効果があり、生理痛、ぎっくり腰、下痢、しゃっくりにも、効果が期待されます。名前の通り、芍薬と甘草2つの生薬が含まれています。

立ては芍薬、座れば牡丹 という言葉でも有名な芍薬は古来より肌もつややかになると、その根はお薬として用いられていました。また、甘草はグリチルリチンという成分が多く含まれ、西洋薬東洋薬どちらも使われ、お醤油の原料にもなっています。長期連用はご注意ください。

日本の漢方薬は、中国の漢方薬に比べると薬の含有量が少なく、比較的安全と言われていますが、副作用を確認しながら、お一人お一人にあった薬をご提案しております。

最近テレビなどでも、免疫をあげる漢方胃腸の働きを助ける漢方、体を温める漢方など広くご紹介されていますね。ご興味のある方はどうぞ医師にご相談ください。



芍薬



甘草



## 【5月（皐月）のレク予定】



日	月	火	水	木	金	土	
1 	2 健康体操 作品づくり	3 憲法記念日 風船バレー 作品づくり	4 みどりの日 パコパコゴルフ 作品づくり	5 こどもの日 ティッシュスライダー 作品づくり	6 習字教室 カラオケ	7 <span>足湯</span> サッカーボウリング 作品づくり	
8 	9 健康体操 作品づくり	10 健康体操 作品づくり	11 誕生日会 作品づくり	12 <span>足湯</span> ペタンク 作品づくり	13 <span>足湯</span> パステルアート カラオケ	14 バッティングゲーム 作品づくり	
15 	16 健康体操 作品づくり	17 健康体操 作品づくり	18 <span>卓球</span> エクササイズ 作品づくり	19 <span>足湯</span> 習字教室 カラオケ	20 フラワー教室 作品づくり	21 <span>足湯</span> フリースローゲーム 作品づくり	
22 	23 健康体操 作品づくり	24 お茶会 作品づくり	25 <span>卓球</span> エクササイズ 作品づくり	26 折り紙教室 カラオケ	27 <span>足湯</span> スリッパでドン 作品づくり	28 後ろ向きバスケット 作品づくり	
29 	30 健康体操 作品づくり	31 健康体操 絵手紙教室	<p>〈お知らせ〉 古川医院デイケアは5月3日～5日のGW期間中も営業しています。この期間にお休みされる方がいらっしゃいましたら、職員までご連絡ください。よろしくお願いいたします。</p>				

\*諸事情によりレクリエーションを変更する場合がございますがその際はご了承の程お願いいたします。