

こんな時代だからこそ 「漢方医学」

船戸博子

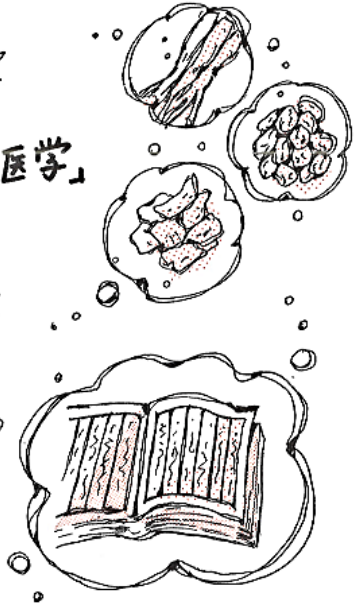
昔から、人は疫病(流行病)で命を落としていました。

明治前までは日本の伝統医学である「漢方医学」が感染症に対する「がんばるカ」でした。

傷寒論が後漢の時代(3世紀初め)に張仲景により書かれています。

これは、伝染性の病気に対する治療法の本です。

2000年前の治療法が、今も活用されているのです。



新型コロナウイルスの患者さんに、この傷寒論にある処方の組み合わせの漢方薬を投与したところ、(中医学と現代医学併用)臨床完治率94.1%。

つまり、普通型から重症型に悪化する率が5.9%であり、漢方薬を併用することの優位性が示されました(湖北省中西医結合病院)。













免疫システムを活性化する漢方煎じ薬を是非飲んでいただきたいと思います。

① 補中益気湯:

- 人参 (生薬) 
- 柴胡 
- 当帰 
- 陳皮 
- 升麻 
- 黄耆 
- 白朮 
- 甘草 

☑ "インターフェロン自体の産生を抑制。

② 十全大補湯:

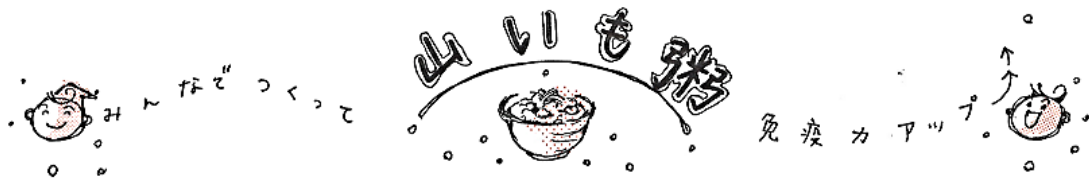
- 人参 (生薬) 
- 川芎 
- 地黄 
- 黄耆 
- 当帰 
- 桂皮 
- 芍薬 
- 白朮 
- 甘草 
- 茯苓 
- 大棗 
- 乾姜 

☑ "NK細胞機能が改善。過剰な炎症の予防。



薬膳としては、体を温めて邪気(ウイルス)が侵入してこないよう「衛気」を強くできる食材を食べていただきたい。
気(エネルギー)を補うために山いも粥はいかが?





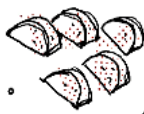





材料

- ・米… 80g ・山いも… 50g ・ねぎ… 少々
- ・鶏ガラ… 1/2 ・生姜… 少々 ・紹興酒… 大さじ1
- ・大葉… 少々 ・醤油… 大さじ1 ・胡椒… 少々

《鶏肉の団子》

- ・鶏むね肉… 100g ・生姜… 少々 ・サラダ油… 大さじ1
- ・ねぎ… 少々 ・紹興酒… 大さじ1 ・塩… 少々
- ・胡椒… 少々 ・片栗粉… 少々

作り方

- ① 山いもは皮をむいて、半月切りにする。 
- ② ボールに鶏肉、生姜、ねぎ、サラダ油、紹興酒、塩、胡椒、片栗粉を入れてよく混ぜ、団子をつくる。 
- ③ 鶏ガラ、ねぎ、生姜、紹興酒に水800ccを加え、20分煮る。 
- ④ 鶏ガラを取り出す。 
- ⑤ 米を煮、汁に入れて芋粥を作る。 
- ⑥ ②の鶏肉の団子と山いもを入れて、醤油と胡椒を加える。 
- ⑦ 食べるときに千切りにした大葉をちらす。 