

じんましん

松鶴トピックス 2011年 夏号



かゆい かゆい プツプツ

じんましんは、皮膚が赤く盛り上がりますが、しばらくするとキレイに消えてしまうのが特徴です。激しいかゆみを伴うことが多く、強いストレスとなります。またチクチクとした痛みを感じることもあります。1ヵ月以内で治まるものを「急性じんましん」1ヵ月以上断続的に発症するのを「慢性じんましん」といいます。梅雨時期や季節の変わり目に発症する方が増えていますのでご注意ください。

じんましんの予防には？



アレルギー性じんましんの原因は、食べ物、添加物、医薬品、動植物とあらゆるものが考えられます。一方、非アレルギー性じんましんは、摩擦、熱さ、寒さ、湿度などで起こります。過労やストレス、睡眠不足など不規則な生活習慣もじんましんを起こしやすくする誘因となります。じんましんになったら血行のよくなるお酒、熱い風呂、過度の運動は控えましょう。



胃腸は元気ですか？



直接アレルゲンではなくても魚、肉、水分、くだもの、甘いお菓子の取り過ぎに注意して、野菜を多めに摂りバランスの良い食事を心掛けて下さい。胃腸の機能が低下することで、発症したり、慢性化するケースもよくありますので、冷たいものや香辛料など控え、胃腸に負担をかけないようにしましょう。

ストレスでも じんましんになるの？

ストレスから免疫系、自律神経系が異常となり発症するストレス性皮膚炎というのもあり、抗アレルギー剤では効果はありません。さらにじんましんが出ること自体が、イライラ、ストレスを増幅させます。ストレスからお酒をついつい飲んでしまう、これでは、じんましんが悪化します。



よく相談で「ストレスは感じていない」と答える方が多いのですが、代わりに身体がストレスを感じ不調や病気をストレスのサインとして、身体がSOSを求めているのかもしれない。



治療方法 じんましんには、葛根湯 ！？

かっこんとう

西洋医学では、原因が特定出来ないため対処療法として抗ヒスタミン薬、抗アレルギー薬で痒みを抑えます。漢方ですと、急性じんましんには、ウイルスを早く排泄する効のある葛根湯に、紫蘇(食事性のじんましんの特効薬)を加えた「加味根」がベターでしょう。風邪で有名な葛根湯は、乳腺炎、肩こりなど応用範囲が広い処方、皮膚疾患に用いる場合、抗菌、抗炎症、清熱作用のある大黃を加えることがよくあります。

この大黃と皮膚のかゆみを取り除く桜皮、健胃、抗炎症作用のある陳皮を加え、さらに大棗は抜き、気力を益し肝腎を補う強壯作用の菟糸子を加え、体質・体調の建て直しまで配慮した葛根湯ベースの「深量」は、急性から慢性のじんましんに対応しています。

ストレスが関与している方には、建林松鶴堂の「清心」、「花月」もお勧めです。



相談・購入はこちらまで
月～金 9時～17時30
土 9時～17時 日祝休

大正8年創業漢方の
たてはやししょうかくどう
株式会社 建林松鶴堂
漢方相談 03-3843-3831