阿部 佐知子の
国際中医師
続 漢方豆知識

＜第三十七話＞

めまい

中医学で考える「めまい」の原因は大きく4つに分かれます。

①耳鳴りや頭痛脹痛、顔面紅潮、震えや揺れ、ストレスやイライラで悪化するようなめまいは肝陽上亢（かんようじょうこう）といい、上昇した肝気を落ち着けることで軽減します。このタイプは、天麻鈎藤飲（てんまこうとういん）や釣藤散（ちょうとうさん）でめまいが軽減したら、次の根本治療が大事です。

②疲れやすく貧血傾向、元気がないめまいは気血不足です。帰脾湯（きひとう）や補中益気湯（ほちゅうえっきとう）で気血を補うことで改善します。

③足腰のだるさや弱り、物忘れ、耳鳴り、不眠が伴うめまいは腎精不足。このタイプは杞菊地黄丸（こぎくじおうがん）や八味丸（はちみがん）で腎精を補うアンチエイジングでめまいを改善してゆきます。

④体や頭目が重だるく、天気や季節の変わり目でめまいが起こったり、胸や胃がスッキリしないのは体の中の湿気が原因。半夏白朮天麻湯（はんげびゃくじゅつてんまとう）や沢瀉湯（たくしゃとう）で停滞した体内湿気をスッキリ除湿してめまいを軽減してゆきます。

……

◆飯島仁生堂薬局本店
足立区千住1―29―2
☎3881・2273
http://www.jinseido.co.jp