

◆◆新型コロナウイルスと「心身と自然との調和」◆◆

新型コロナウイルスの感染拡大に対して、いかに自分の身を守るか、ということが現実味を帯びてきました。「心身と自然との調和」という立場から感じていることを、私見として申し上げます。

公的機関の発表を第一義に対処することを前提に（インフルエンザ対策と同じ）、個人的に付け加えているオプションメニューとお受け取り下さい。

まず、今回の新型コロナウイルスの感染拡大にはいくつかの特徴があります。

1) これまでに報告されたことの概要：

i) 症状：微熱が**長引くこと**と**強い倦怠感**が認められる点。また、感染者の約80%は、症状は比較的軽く、CT検査で肺炎の所見がほとんど認められないケースもあるようです。

ii) 経過の特徴：潜伏期が1週間前後と言われますが、ばらつきが大きく、2日から3週間以降になってから発症することもあるそうです。つまり、無症状ウイルス保持者からの感染が強く疑われています。

iii) このウイルスの特徴：季節性インフルエンザのような空気感染より、飛沫、接触感染が主であると言われます。また一旦ウイルス検査で陰性であっても2週間以上経ってから陽転するなど、**なかなか体外に排除しきれないしつこさ**があります。

以上から、予防専一に努めても完全に防ぐのが難しく、感染しても症状を軽減させたり重症化しないようにする漢方の効果が期待されます。

2) 「心身と自然との調和」の観点からみた今回の特徴

i) **気虚**の一面：倦怠感が顕著なのは気虚の特徴です。高齢者で重症化しやすい点からも、普段から疲れやすい、息切れ、かぜをひきやすい、慢性病などの気虚の方は要注意です。

ii) **湿症**の一面：倦怠感は同時に、夏かぜや感染性胃腸炎でもよく見られる湿症の特徴でもあります。また中国の患者の舌のコケがベタベタと厚くネバネバしていたことも、この病気が湿症である有力な根拠です。一般に綿々と経過が長く、症状がしつこく抜けにくいことも湿症や痰症の特徴です。

iii) 発生地域と時期：最初に集団感染が報じられた武漢は亜熱帯で、年間平均相対湿度が82パーセントと多湿地域であることに加え、流行開始前20日間ほどは雨が続いたと聞きます。

東アフリカに始まって、今、中国まで迫っているといわれるバッタの大発生も、例年になく多雨が引き金になったといわれていることと何か関係があるのでしょうか。また、今年は暖冬で、地球規模での気候変動との関係も否定できません。

3) 湿症の予防・治療に使う薬草

まず気虚に対しては益気、特に粘膜の防衛力を高めるオウギを使います。例えば**衛益顆粒**があります。

ついで、強い悪寒・高熱をともなう季節性インフルエンザや風邪には、中国東北部産マオウを主材とする麻黄湯などを使いますが、今回のような湿症の感染症には、アジアモンスーン地域産の生薬がよく利用されます。例えばカッコウ、ソヨウ、チンピ、バンラン根、キンギンカ（スイカズラ）、五行草、ハッカ、竹葉、芦根、ドクダミなど。

漢方薬としては、**勝湿顆粒**、**清香散**。お茶として**バンラン茶**、**五行草茶**、**五涼華**などがあります。

土地によって使う薬草を変えるのも漢方のココロのひとつです。

(虫の一分)

