

◇◆お腹のツカエからたち直るにはカラタチ◆◇

1) ミカンと陳皮

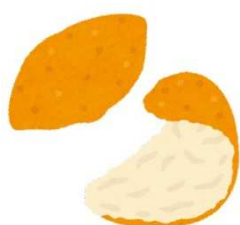
今回取り上げたいのは実ではなくて皮の方です。生薬名「陳皮(ちんぴ)」と呼び、温州ミカンの皮を水で洗った後、蒸してから乾燥させたものを用います。

「陳」の名の通り古いものが良いとされています。実際、陳皮を嗅いでみるととても良い香りがします。

ですが、味は辛・苦で性質は温です。意外と皮をそのまま過食すると体液を損なうとされ、漢方薬の材料とするときは、こうした加工をして、効果を高めながら性質を和らげています。



2) 陳皮の効用



お腹が張って苦しかったり痞えたりするときに適します。原因は問いません。食べすぎ、ストレス、喘息や気管支炎が治りきらない時や、心臓肥大の場合も同様の症状があります。

ここで大切なことは、もともとこうした症状を起こしやすいヒトは胃腸がデリケートな場合が多いので、健胃作用のあるオケラの根っこ(白朮)やニンジン(高麗人参、党参)といっしょに使うということと、辛味と苦味の組み合わせがハリや痞えを下ろしてくれるので(辛開苦降)、咳止めで治りきらずに、痰がしつこく切れないときは半夏(辛味)と組み合わせて使うことです。

健胃作用を兼ねた処方にはたとえば健胃顆粒(ケンイカリユウ)があります。

またしつこい痰が切れにくい場合は二陳湯(ニチントウ)や温胆湯(ウンタントウ)を使います。

何れも、処方の中で、陳皮が重要な働きをしています。



3) 枳実(キジツ)、枳殼(キコク)

もっと作用が激烈なのが枳実(キジツ)、枳殼(キコク)といえるかもしれません。枳実がカラタチやダイダイの幼果で、枳殼が熟果です。後者の方が作用がマイルドです。幼果をガリツとかじると、始め柑橘系の爽やかな香りがした後、苦みが口の中に広がり、吐き出した後はほのかな辛みが残りました。原因を問わず、**お腹の張りやつかえ**カラ早くたち直りたい時に、強い味方になります。ただ、生で食されると吐き気が止まらなくなることがあるので、野食はお控えいただきますよう・・・。

4) カラタチの実の経験



60前後の女性で、病院で降圧剤、抗潰瘍薬、精神安定剤に高脂血症のお薬をもらって飲んでいましたが、1ヶ月ほどしてから、体がダルイ、上腹部と脇腹の膨満感、太もも・背中・肩の痛みを感じたので、再度受診。先生の指示ですべて休薬すると痛みは取れましたが、**ミソオチと脇腹の膨満感**、便秘を訴えて、当店に来られました。

キジツ、サイコ、三七などからなる漢薬をその場で飲んでもらいました。

直後から、「お腹が温かくなってきて気持ち良い」とおっしゃって、4日後、毎日上腹部と脇腹の膨満感は引いていった由。以前は便秘薬を飲んでもお腹にガスがたまって苦しかったが、4日間で便がスカッと出て気持ち良いとの事でした。

(虫の一分)