

感染症(かぜ)と漢方

～ 桂枝湯フレンド ～

私達は、カゼを風邪と書きますが、漢方では(ふうじゃ)と読みます。
爽やかなイメージの「風」も、やりすぎれば「風邪」になるのです。

外邪には六つあり、それぞれ風邪、寒邪、暑邪、湿邪、燥邪、火邪があります。一つだけでなくいくつか組み合わさって襲ってくることもあります。

外邪ですから、外から侵入されないように免疫力を身に付けて、体内に入れないようにすることが大切です。

また、もし侵入されても追い出す力(体力)も必要です。

カゼの初期に、まだ身体の奥まで侵入していない状態を表証と言います。こじらせていませんから早めに治すことができます。この時使う生薬を解表薬と言います、表証を解く植物ですね。

植物は、私たちの健康をつくる基本です。外邪を体内に入れないように助けてくれるのも、こじらせないうちに追い出す手伝いをするのも、生薬やハーブです。

たくさんある解表薬には身近な植物もありますので、このみのブレンドを作るのも楽しいですね。

実習は、解表薬の代表と言われる「桂枝湯」をモデルにしたブレンドティーをつくります。

桂皮は、たくさんの漢方処方に配合されています。身体を温めて甘くて美味しいスパイスで良く知られていますが、漢方でも「万方の祖」と呼ばれるほど汎用されている生薬です。

場所 : ヴィーナスメディカルハーブラボ

日時 : 10月30日 10時30分～12時

参加費 : 3500円

<https://www.venurse.com/kanpo.html#lecture>

◎Zoom によるオンライン講座

10月29日(金) 午前10時30分～12時

午後14時～15時30分

3000円(実習はありません)

