



くすりと健康

一般社団法人
神戸市薬剤師会

「漢方の生薬」

〜見て、さわって、
匂いを楽しみましょう〜

10月9日に「区民健康講座」が催され、東灘区薬剤師会として講演する機会がありました。

東灘区医師会主催で、年に10回医師会の先生方から区民の皆様にはわかりやすい健康のお話を「区民健康講座」として提供されています。薬剤師会も年に一度10月に担当させて頂いたとき、薬に関する情報を多角的に紹介しています。

初めての経験ですので、せっかく来ていただいた方々にどのようにアピールして理解してもらえるか、お話の展開に悩みました。考えた結果、サブタイトルにありますように「〜見て、さわって、匂いを楽しみましょう〜」ということとで、漢方生薬を並べてみました。

直接感じられるように袋からトシ

イに出して並べたので、会場は漢方薬独特の匂いとなり、入って来て驚かれています。普段生薬が身近にある人は少ないと思いますので、皆さんが匂いに驚いたということは、その日の私の計画にぴったりで目的をほぼ達したと、ほっと安心しました。

「桂皮(桂枝・肉桂)」は京都のお菓子「八つ橋」に使われますが、ぎざぎざの前の5〜6センチの棒状のままの桂皮が手に入り、初めて見る方ばかりで喜ばれました。しっかりとカラカラに乾燥された樹皮はくるくると内巻に巻き、前日にこれを少し削って保存容器に準備し、当日新鮮なニッキの香りと味を楽しんでもらえたかと思えます。ほんのかけらでも匂いは強く有り、味は甘くてぴりりと辛いのです。

最初にいくつか質問したのですが、漢方薬を飲んでいますか?と聞くと約50人中5、6人が手を挙げ、煎じ薬ですか?の問いには、お一人の手が挙がりました。やはり煎じ薬は少ないようです。

手間と生活環境が関わってきますからなかなか取っ付きにくいし続けにくいものです。以前サリン事件があった時には、マンション住まいでは煎じ薬の匂いがご近所に誤解されては困るので、との声を聞きました。

漢方薬の捉え方には「気・血・水」があり、漢方処方薬の構成もこの考えにのっとり組み合わせられています。気薬・血薬・水薬のそれぞれの代表選手についてとても簡単ですが、説明しました。しかし実は漢方理論はもっと奥が深く複雑です。

とはいえ、初めての方にはわかりやすく説明し、気軽に楽しめることが実感できないと、漢方薬の入口には立つてもらえないと思います。

司会をしていただいた医師会の先生のご協力もあり、お陰で無事に会を終了することができ皆様に感謝します。

(東灘区薬剤師会 鹿嶋純子)