

風邪について

東洋医学では、「風邪(かぜ)」を「ふうじゃ」と呼びます。

中国などでは「感冒」といい、日本でもかぜ薬を「総合感冒薬」というので、皆様も耳にしたこともあるのではないのでしょうか。

病気になる外的要因の一つに「風」があります。他にも「寒い・暑い・熱い・湿る・燥く(乾くの意味)」といった要因が挙げられます。

「風邪」症状は時期により、寒かったり暑かったりなどさまざまな変化・動きがあるため、自然界の「風」に当てはめたとはいわれています。

風邪で熱が出た場合は、西洋医学では、熱を下げて冷やしますが、東洋医学では、身体を温めて熱を上げます。これは熱を出してウイルスをやっつけようとしている身体の手助けをしているのです。漢方では葛根湯などが有名ですね。

昔から風邪には玉子酒が有名ですが、身体を温めて汗を出し、着替えを行いすっきりするといったことから行われている習慣です。

「酒」とありますが、しっかりとアルコールを飛ばした状態でお飲みください。

はり師・きゅう師・あん摩マッサージ指圧師