

新型コロナウイルスで注目されている感染症。感染症に漢方薬は効果があるの？



この記事シェアする

記事をクリップする

第9弾

カンポフルスコアをためてGET / 上位**850**名様に
最大1,000円分 **デジタルギフトプレゼント!**

会員登録 (無料) をして今すぐGET >



感染症は“カラダVS外敵”の戦い！強い方が勝つ！

感染症はいわば、“外から攻めてくる敵”のようなものです。原因となるウイルスや菌は空気中に浮遊していたり、ものに付着していたり、私たちのカラダに侵入しようと虎視眈々と好機を狙っています。

感染症にかかるかどうかは、襲い掛かる敵を“いかに撃退できるか”にかかっている場合が多くあります。太刀打ちできないウイルスや自分の戦う力により撃退できるウイルスもいます。戦いの原理はとても単純で、カラダの免疫力VS敵。強い方が勝ち、弱い方が負ける。勝敗はとても分かりやすく明解です。漢方ではこれを**正気と邪気の戦い**と呼んでいます。

あなたの免疫力は大丈夫ですか？今のうちからカラダを整え、しっかりと戦に備えておく必要があるかもしれません。

感染症は予防が大切！防衛力の強化が勝敗の要

感染症との戦いに勝つためにまず大切なのは、“**カラダの防衛力**”を強化しておくことです。

防衛力を強化して、敵を寄せつけないカラダにしておくことが、感染症予防の一番の近道です。

まず初めに行いたいのが、免疫力の強化です。疲れがたまっていたり、ストレスを抱えていたり、少しずつ無理をしていませんか？自分が思っている以上にカラダが疲弊し、免疫力が低下していることもよくあります。免疫力が弱い状態では、敵に攻め込む隙を与えてしまいます。疲れを感じたらしっかり休んで体調を整える。ストレスを感じたら早めに解消する。睡眠をたっぷりとり、規則正しい生活をして、バランスの良い食生活を送る。単純なことですが、とても大切なことです。

また、漢方医学では胃腸の弱りは免疫力の低下に繋がると考えています。もともと胃腸が弱い人はもちろんのこと、食欲がない、消化が悪い、胃がもたれる、下痢するなどのトラブルを感じたら、胃腸が疲れているサインです。しっかり胃腸を休めることも大切です。

ウイルスや菌などの敵は、鼻やのどなどの粘膜に付着してカラダに侵入することが多く、これら粘膜を整えておくことも防衛力の強化につながり、感染症予防にとってとても重要です。漢方医学では**粘膜は潤いを好み、乾燥を嫌う**と考えられています。粘膜の乾燥を感じたら、加湿をする、うがいする、水を飲むなどして、早めにケアしましょう。


漢方薬で感染症予防もできる!?

さらにしっかりと防衛力を付けたい！というときには、『気』を意識するとよいでしょう。

漢方ではカラダの防衛力は気のひとつである『衛気』が大きく関わっていると考えられています。そのため気がなくなると、衛気が不足し、防衛力が弱くなり感染症にかかりやすくなると考えられています。逆に、気をしっかり補うことで、衛気が増え、防衛力も強化され、より感染症に強いカラダを手に入れることができると考えられているのです。

疲れやすい、元気がない、ヤル気がでない、食欲がない、消化が悪いなどの症状は気が消耗し、少なくなっているサインです。放っておかずしっかりと気を補うことで、症状を改善させるとともにカラダの防衛力を強化しましょう。

<PR>



お近くの漢方医が探せるほか、漢方専門の先生もご紹介します。

■ 漢方ナビ

詳しく見る

漢方薬は感染症に効果あり!? もし感染症にかかってしまったら?

どんなに頑張っても感染症にかかることもあります。そんなときにおすすめなのが、敵と戦うための“強力な武器”を手に入れることです。武器を手にするすることで、戦闘力が上がり、敵を倒しやすくなります。

カラダには“自然治癒力”があります。寒気を感じたら体温を上げカラダを温める、のどが乾燥したら粘液で潤す、熱感を感じたら発汗してカラダを冷やす。当たり前のことかもしれませんが、これもカラダを治そうとする自然治癒力の大切な働きです。

強力な武器とは、この自然治癒力をサポートする漢方薬のことです。自然治癒力をサポートすることで、自然治癒力が高まります。

寒気を感じたらカラダを温める葛根湯や麻黄湯でさらに体温アップをサポートする。のどの乾燥を感じたら、粘膜を潤す麦門冬湯で潤いをプラスする、喉の痛みや炎症、熱感を感じたらカラダを冷やす銀翹散でクールダウンする、など漢方薬には自然治癒力をサポートする処方がたくさんあります。感染症にかかってしまったら、漢方薬を味方につけ、回復をしっかりサポートしましょう。

感染症と戦う戦闘力をアップさせるおすすめ漢方薬

自然治癒力をサポートするためには、あなたの“今”の症状に合った漢方薬を選ぶことが大切です。

実は感染症の症状は時間の経過とともにどんどん変化します。寒気はするか? 節々の痛みはあるか? 鼻水や咳の状態は? など、あなたの“今”の症状をじっくり観察して、あなたにピッタリの漢方薬を見つけましょう。今回はかぜなどの感染症の症状によく使われる代表的な漢方薬をご紹介します。

■ 葛根湯

<こんなときに>

- ・かぜのひきはじめに
- ・かぜ、頭痛、肩こり、筋肉痛などの改善に

小 青 竜 湯

<PR>



かぜ、頭痛、肩こり、筋肉痛などの症状に

■ 葛根湯

[詳しく見る](#)

■ 麻黄湯

<こんなときに>

- ・かぜのひきはじめに
- ・かぜ、気管支炎の改善に

<代表的な症状>

- ・発熱
- ・強い寒気
- ・頭痛
- ・節々の痛み

<PR>



かぜのひきはじめなどに

■ 麻黄湯

[詳しく見る](#)

■ 小青竜湯

<こんなときに>

- ・かぜ（鼻かぜ）の改善に
- ・花粉症、アレルギー性鼻炎の改善に

<PR>



アレルギー性鼻炎、花粉症などの症状に

■ 小青竜湯

[詳しく見る](#)

■ 麦門冬湯

<こんなときに>

- ・ からぜき
- ・ せきこみやこみ上げるせきに
- ・ 気管支炎、気管支喘息、咽頭炎、しわがれ声

<代表的な症状>

- ・ のどの乾燥感
- ・ 痰が切れにくい
- ・ ときに強く咳き込む

<PR>



長引くせきや気管支炎などの症状に

■ 麦門冬湯

[詳しく見る](#)

<PR>



[詳しく見る](#)

関連キーワード

免疫カアップ

この記事を見ている人におすすめの記事



かぜに一撃!? 麻黄湯の効果とかぜで有名なあの漢方薬との違い



咳だけ残る! 咳が止まらない! しつこい咳を鎮める方法とは?



コロナ禍で増えている“鬱”漢方から見た鬱の予防と対策とは?



咳に敏感な時期だから知っておきたい! 咳の種類・タイプ別の薬の使い分け

[カンポフルライフ記事一覧を見る](#)

会員登録(無料)をして今すぐGET

特集記事

イライラ、のぼせ、疲れやすい
「更年期」の悩みは、
症状に合った漢方と
一緒に明るく乗り越えよう。



Kampoful Life会員になると
毎月プレゼントに応募できます。

会員の方

ログイン

→ [Kampoful Life
会員サービスのご紹介](#)

会員でない方

新規登録(無料)

→ [クラシエ たんぽぽ
メンバーの方はこちら](#)



カラダ



ココロ



キレイ



食べる



楽しむ

キーワードを入力してください



漢方を知る

漢方を探す



 [漢方オンラインショップ](#)

[ページトップへ戻る](#)