

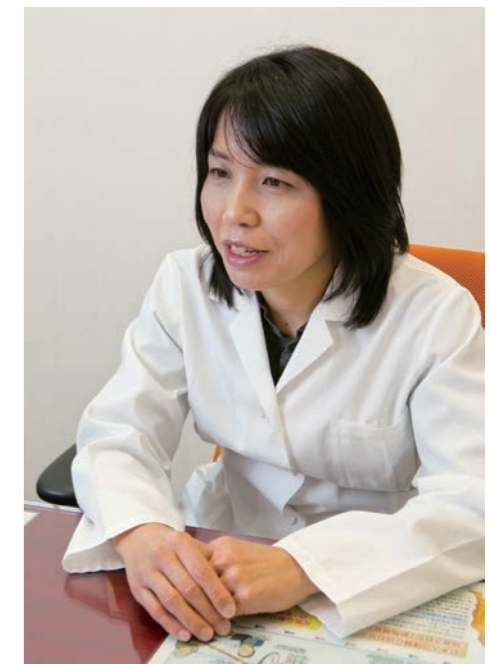


(左) 漢方薬は一度飲んでみて、納得したうえで決めることができます。(右上) 写真のような煎じ飲むものや粉薬などさまざまなタイプがあります。(右下) 全国から赤ちゃん誕生の報告が届いています。

# どんな効果があるの？ 私にも効くの？ 教えて漢方！ Vol.1

撮影／大林博之  
取材・文／加藤夕子（リワークス）

## 一陽館薬局



お話 かしたに陽子先生

不妊カウンセラー、漢方薬生薬認定薬剤師。1992年薬剤師国家試験合格、薬剤師免許取得。薬剤師として製薬企業に勤務し、京都・大阪・奈良での薬局勤務を経て、女性による女性のための漢方相談の専門薬局として、2004年「一陽館薬局」を開局する。

### Q

二人目妊活中ですがなかなかうまくいきません。漢方薬でどんなことができるのでしょうか

一人目はタイミング法で妊娠しました。今、二人目の妊活中で、基礎体温をつけたり食生活に気をつけたりしていますが、なかなかうまくいきません。二人目妊活でも、漢方薬は効果はあるのでしょうか？

（石川県・絵里さん 38才／赤ちゃんが欲しい歴1年）

### A

二人目妊活にストレスはつきもの。漢方薬でストレスをやわらげて妊娠しやすい体にします

編集部 二人目が妊娠しにくいのは、どんな理由が考えられますか？  
かしたに先生 まず、一人目のときの出産や育児によって体質が変わり、冷え症や生理不順、周期の乱れなどが起こっていることが考えられます。体力的にも不足しやすいですし、年齢も重ねていきますから、それだけ妊娠は難しくなっているといえます。  
さらに、二人目の妊娠を難しくする要因として、ストレスがあるでしょう。育児にはストレスがつきものですし、周囲からの「すでに一人いるからいいのでは？」などと言われることも、一人目妊活とは違ったストレスを感じるものだと思います。  
ストレスは自律神経に影響しま

す。自律神経には活動的な交感神経と、休息をとる副交感神経があります。ストレスによってこの2つのバランスがくずれると、体のリズムがくるってきます。体のリズムは女性ホルモンの分泌にかかわりますから、卵子の成長が悪くなり、排卵しにくくなるなどの悪影響があるのです。また、ストレスで体が緊張状態にあると血行不良を起こし、十分な栄養が子宮へ届きにくくなります。さらには眠れない、寝つきが悪いということがあれば、それも問題です。夜10時から深夜2時は体が充電する時間とされていますが、その時間に眠れないということは、体が回復しないということ。したがって生殖の力も弱まってしまいます。

### A

私たちの願いは、漢方薬を飲んでいただくことではなく、みなさんが妊娠することです

編集部 漢方でストレスをやわらげることができるとは、排卵しにくい状態なら薬で排卵を促すことができますし、卵子と精子が出会いにくい状態なら、治療によって受精させることができます。しかし、ストレスは西洋医学では解決することができず、そこは漢方の出番なのだと思います。漢方は体を本来の状態にすることはもちろん、気持ちをやわらげたり、イライラをしずめたりする効果が期待できるからです。  
また誰かに相談するだけでも、気持ちが悪くなることはあると思います。日頃の悩みや思いを誰かに話すことによって、ご主人やお子さんにもやさしくなれて、それだけで妊娠につながることもあるでしょう。  
編集部 誰かに話を聞いてもらうこともたいせつなですね。  
かしたに先生 そうですね。当店は一人ひとりのお話をじっくりと聞いて、そのかたが妊娠するために、あらゆる方向から一緒に考えるようにしています。初めてのかたなら、1時間近くかけてじっくりとお話をうかがっています。  
最近では、みなさん治療のことや体のことについて詳しくご存知な方がいますが、自分が今どんな状態

で、今後どうするのがよいかということに関しては、理解されていないかたが多いように思います。ですから、不妊治療中であれば、今ドクターがどんな治療をしているのか、何のために薬を飲んでいるのかをお聞きしたうえで、私たちからもしっかりと解説します。その治療に満足しているのか、満足していないならなぜなのか、どうしたら満足できるのかなど、さまざまな選択肢を提示しながら、一緒に解決していくのです。冷静に確認することで自分の状況が理解できれば、次の可能性や展開についても落ち着いて考えることができます。それらを一つ一つひもひもといて、分析したり整理することも、私たちのたいせつな役割なのです。  
このような相談によって、そのかたの治療に対する考え方や認識が、大きく変わる場合もあります。それで妊娠につながれば、非常に喜んでいただけますし、私たちのやりがいにもつながります。  
私たちの願いは、漢方薬を飲んでいただくことではなく、みなさんが妊娠することです。漢方はハードルが高いと感じるかもしれませんが、気軽に自分のお話を聞いてあげてください。まずは一度相談していただきたいと思います。

### Message from staff



DATA  
一陽館薬局  
住所：奈良県橿原市八木町1-11-7  
電話：0120-50-9301  
時間：9:30～18:00  
休み：日曜・祝日  
アクセス：近鉄大和八木駅より徒歩6分、八木西口駅より徒歩すぐ  
HP：<http://www.ichiyokan.jp/>



中垣内弥生さん  
悩みを一人で抱え込まないでください  
電話相談の受付などを担当しています。悩みは一人で抱えず、一度お電話ください。



池田一美さん  
当店は女性スタッフばかり気軽に相談を  
店頭での受付を担当しています。女性スタッフばかりですから、気軽にご相談ください。



橋野桃さん  
子宝カウンセラー、登録販売者。日本不妊カウンセリング学会会員  
オリジナルサプリ「桃福宝」のご相談にのっています  
主に電話相談を担当しています。ご自身のことをお話いただいたうえで、当薬局オリジナルのサプリメントである「桃福宝」を中心にご相談にのっています。女性は妊娠する力をもともと持っていると思うので、それを信じてがんばって続けてもらいたいですね。