

暑気あたりの下痢 胃苓湯が手軽

Q 三十三歳、女性。普段胃腸は弱くないのですが、梅雨時から夏の間、なぜかよく下痢をします。会社の診療室に行くと「暑気あたり」といわれ、抗生物質と下痢止めの薬をもらいます。漢方薬には食中毒の予防や治療になるようなものはあるのですか。

A 各種の優れた抗生物質が日常的に使われるようになって、医療関係者も一般の方々も感染性の下痢には現代医薬品、体質的な下痢には漢方薬がよいと考えている方が多い。しかし漢方薬は本来、感染性の下痢にも体質性の下痢にも用いられた。健胃消化作用や腸管での抗菌作用を持つ漢方薬は非常に多い。

暑気あたりに相当する病状は古典に詳しく述

べられており、種々の漢方薬が用いられてきた。今日、暑気あたりに最もよく使われる処方方は胃苓湯（いれいとう）である。この処方は健胃消化剤である平胃散（へいいさん）とどのの渴きや下痢・嘔吐（おうと）など消化器症状を治す五苓散（ごれいさん）をブレンドして煎（せん）じ薬の剤型にしたものである。エキス剤などにもなっており、病院や薬局で簡単に求めることができる。

梅雨や夏の暑い時期にはどうしても消化機能が衰えがちである。脂っこいものの食べ過ぎや冷たいものをとりすぎた時に、あらかじめ胃苓湯を服用しておくこと大事にならない。夏季に頻繁に下痢するタイプは水分や冷たいものの過剰摂取や過度の冷房に対する注意が必要である。