

令和5年3月6日

## 京口門だより No. 113

厳しい寒さからようやく暖かい春の兆しを感じられる季節になってきました。梅、桃、桜と華やかな色どりの景色がおとずれます。「事務の窓柳を垂れて春めきぬ」（富安風生）

漢方治療を受けるに当たって、よく体質改善を図りたいとおっしゃる方があります。望んでおられることはよく分かるのですが、体質という言葉はなかなか多様な意味を持っていて、昔は虚弱体質とか、感染症に罹りやすい腺病体質とか言っていました。今日でもアレルギー体質、糖尿病体質、高血圧体質、癌体質などと用いられますが、体質というより素因とか素質という言い方がされます。

言葉の問題はさておいて、おおまかに体質とは先天的に持っている遺伝的な素質と、生後得られた後天的性質な素質に分けられるのではないのでしょうか。例えば糖尿病になり易い素質はほぼ遺伝的に受け継がれ、過食するとすぐに血糖値が上がりやすく、素質の無い人は少々過食しても血糖値は上がりにくいという特色があります。これは古代に食物が簡単に得られなかった飢餓時代におこった遺伝的素因という説もあります。ただ糖尿病の素質をもった人の食生活など環境要因の不摂生という後天的要素がさらに糖尿病を誘発してゆきます。ということはそれ程容易なことではありませんが、日常生活の摂生が糖尿病の進行を妨げるとも言えます。それでもコントロールが難しい場合は薬剤にたよることになります。高血圧体質といわれるものも遺伝的に血圧が高くなり易い素質がありますが、なかなか摂生・養生だけではコントロールしにくく、どうしても薬剤にたよることになります。

遺伝的な素質を変えることは困難ですが、後天的要素が強いものは悪影響を及ぼす要因を除く努力によって体質の改善を図ることもできるでしょう。例えば小児の虚弱体質や感染症に罹りやすい体質は日常生活の改善、あるいは漢方薬によって強い身体に変え、感染症にも罹りにくい身体に変えることはできます。アレルギー体質といわれる喘息、アトピー性皮膚炎、鼻炎なども、時間はかかりますが、持って生まれた過敏な体質を漢方薬や生活改善によって変えてゆくことができます。漢方薬にはそのような意味での体質改善を望むことができます。

