

ストレスから来る心と体の病 パニック障害は早めの対処を

心と体の変調はSOS

人は誰でも体の病気がかかります。同じようにちょっとしたきっかけで心が病気になることもあります。しかし、大部分の人は何か症状が現れてもそれが心の病気のせいだとは思いません。

私たちの心と体は密接に関係しています。心が不安になると体に変調が現れますし、身体が病気になることも不安になります。最近では軽症の心の病気が増えており、症状もそれほど重く現れないので、心の病気とは気が付きません。心や体の変調の兆しはストレス状態を警告しているSOS信号なのです。

パニック障害とは

最近、次に挙げるような症状はありませんか？

- ・不安になる
- ・何に対しても憂うつになる
- ・いらいらする
- ・眠れない
- ・動悸やめまいがする
- ・体が震える

これらは「不安障害」の感に感じられる自覚症状です。「不安障害」がひどくなると「パニック障害」へと発展します。「パニック障害」は突然に理由のない激しい不安に襲われ、動悸・呼吸困難・めまい・ふるえ・発汗などの症状が起こり、発作時にはとうとうに気が狂ってしまうのではないかとと思うほどの強い恐怖を覚えるなどのパニック発作をくりかえしてしまいます。

パニック障害と漢方

漢方ではこのような状態を「恐（きょう）」が根本にあると考えます。「恐」は腎との関連が強く、慢性病や過労などで腎の精が消耗すると恐怖心が起こるとされています。と同時に腰や膝がだるく、無気力、元気がないなどには六味丸や八味丸、鹿茸大補湯などをを用います。



クラシエ薬品
「鹿茸大補湯」



クラシエ薬品
「八味地黄丸」



クラシエ薬品
「六味丸」

また、心は神（精神・意識）を主ります。気血が不足して心神を養えない時に恐怖心が起こります。と同時に息切れ、汗が出やすい、無力感などには人參養榮湯や十全大補湯を用います。



クラシエ薬品
「人參養榮湯」

もともと虚弱体質ですと、肝気虚（かんききょ）で肝が魂を蔵することができなかつたり、胆気虚（たんききょ）で胆が決断力を失うと恐怖心が起こります。と同時に不眠や無気力、体のだるさなどには呉茱萸湯を用います。そしてパニック発作を起こしたときには柴胡加龍骨牡蠣湯を用います。



クラシエ薬品
「呉茱萸湯」



クラシエ薬品
「柴胡加龍骨牡蠣湯」

パニック障害は様々な原因から起こる病気です。漢方ではおひとりおひとりの症状や体調に合わせて処方いたします。また、副作用をおこす心配が少ないのも特徴です。パニック障害は長期間放置しておくと再発に対して恐怖心を持つようになります。外出や人との面会を避けるようになりやすいため「うつ障害」へと移行しがちです。うつ障害へと移行させないためだけに、パニック障害に陥らないように自覚症状を感じたら早めに相談ください。

「健康的にダイエット！」なら「マイクロダイエット」をお試しください

ゆがの薬局

マイクロダイエット正規取扱店



賀茂郡河津町浜149-4 TEL0558-34-0150
当店ウェブサイト <http://www.yugano-ph.co.jp>