漢方薬局で手軽に♪

「カラダをCheck!」「体質を変える!」

ビギナーさんはじめてレポート

漢方薬って妊活(にんかつ)によさそうだけど、敷居が高そうなイメージ、ありませんか？　実際にどんなことをするのか、読者が体験しました！ 撮影／atsuco　取材・文／加藤夕子（リワークス）

かしたに先生もっと教えて！

Q 漢方薬とサプリメントの違いは？

漢方薬は体や内臓の働きを高めたり、機能を手助けしたりするものです。簡単に言うと、足りないものを外から直接補うのがサプリメントで、足りないものを自分の体の中でつくれるように、その働きを高めるのが漢方薬。自分の体でつくり出しますから、安心だといえます。

Q 漢方薬局の費用はどのくらい？効果はいつごろ出ますか？

調合した薬は1日500円で、1種類なら1カ月で1万5000円。さらに桃福宝を組み合わせるなどして、ほとんどのかたが1カ月3万円ほどです。効果は個人差がありますが、当薬局では妊娠した人の3割が服用後1～2カ月で、約2年以内に8割以上のかたが妊娠しています。

Q 病院での治療と並行してもOKですか？

まったく問題ありません。漢方薬は体を元気にするものなので、病院で処方された薬と漢方薬の併用もOK。病院の薬の効果が出にくくなっている場合、漢方薬を併用したほうがよいケースも。治療中の不安や疑問を気軽に相談できるのも、漢方薬局のメリットだと思います。

Q 漢方薬は夫婦で飲んだほうがいいですか？

可能ならふたりとも飲んだほうがいいですが、奥さまが無理やりご主人に飲ませると、夫婦関係にひびが入ることにもなりかねません。男性に原因があるケースもふえていますから、これは非常にデリケートな問題。そのあたりも踏まえて、相談していただけるといいですね。

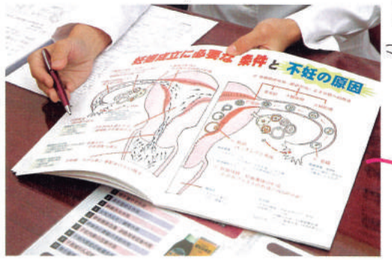
Q 直接行けないときはどうしたらいいですか？

当薬局では電話相談も行なっています。初回は店舗相談と同様に1時間ほどかけて体のことを伺い、体質や症状に合った漢方薬のご案内のほか、日常生活の注意点なども説明。お薬を飲み終えたころに再度お電話で体調の変化などを伺って、妊娠までしっかりとサポートします。

お気軽にお電話ください

登録販売者・子宝カウンセリングリーダー
工藤 桃さん

卵巣機能 子宮環境 自律神経
体質改善の3つの要素にアプローチ



子宮をフカフカの状態にすることが重要ですよ

漢方薬が体に働きかけ妊娠できる状態に

卵巣を元気づけ、本来の機能を果たせるようにあと押しするのが漢方薬。さらに赤ちゃんにとって居心地のよい子宮環境にし、生理周期など体のリズムをととのえるために自律神経にも働きかけ、妊娠できる体に改善します。

step 2 体質改善START

体の状態がわかったら、最適な漢方薬が処方されます。薬のタイプや費用のことなど、ここで自分の希望をしっかり伝えておきましょう。

体質&希望をもとにカラダに合った漢方の処方

飲みやすいに意外です

毎日続けるために、飲みやすさもポイント！

「気」が足りない船道さんには、体に合わせて調合した補気薬と、子宮をあたためる「婦宝(ふほう)当帰膠(とうきこう)」、生殖機能を司る「腎」を補う「桃福宝」を提案されました。いずれも、毎日続けられるかどうか、まず確認がたいせつです。

体に合わせて調合した煎じ薬は、1回分が真空パックに入ったドリンクタイプ。封をあければすぐに飲めるので、とっても手軽です。

そのほか食事やツボのアドバイスも！

食事や生活習慣を見直して妊娠体質に

体が冷えやすいという船道さんに、「冷たい食べ物は控えてください。また『気虚』のかたは胃腸が弱いので、食事のときはよくかんで食べること。食後は食べ物が消化されるまで、ゆっくり休んで」と先生がアドバイス。

タイプ別に選べてお手軽♪独自の「桃福宝」にも注目

妊娠力を補うために一陽館薬局がオリジナルで開発した「桃福宝」は、血液を改善する「赤珠」、卵子の育ちを助ける「黒珠」、40代以上のための「碧珠」の3種類を用意。飲みやすい丸薬タイプで、インターネットでの購入も可能です。

先生の話はすごく納得できたし、何をするにせよ、まずは体質を改善することがたいせつだと感じました。来月あたりから病院を再開しようと思っていましたが、しばらくは漢方薬を試してみることにします。

船道さんは妊娠する力は十分にあるかた。子宮やホルモン分泌といったところが問題ではなく、それらを支える体の力が不足しているタイプです。不妊というよりも体質の問題ですから、漢方薬で改善できます。

カウンセリング

問診表をもとに体のことをしっかり相談

事前に記入した問診表をもとに、カウンセリングがスタート。体が冷えやすい、経血量が少ないなど船道さんの症状から「東洋医学でいう『気』が足りない状態。逆にいえば、妊娠できない原因はそれだけ。あまりむずかしく考えないでいいですよ」と力強く話す、かしたに先生。

一陽館薬房［妊娠できる体づくりを目指すカウンセリングシート］より

問診ではこんなコトを記入します

- これまでの治療歴
- 生理の様子（周期、経血の状態、生理痛などほか）
- ふだん気になる体の症状（冷え、睡眠、便通などほか）
- 現在治療中の病気、服用中の薬など

step 1 カラダをCHECK

漢方薬局でははじめに体の状態を調べ、今の問題点を探ります。今気になっていることなど先生に伝えて、体のことを知ってもらいましょう。

薬剤師・不妊カウンセラー かしたに陽子先生

女性の体に特化した専門性の高い漢方と、豊富な経験による適切なカウンセリングで支持を得ている。1999年正倉館薬局、2004年に一陽館薬局 八木本店を開局。17年に一陽館薬房 学園前店を開業。著書に『30才からの子宝健康法』。

船道 茜さん（26才）

2年前に7週で流産後、産婦人科で不妊治療を始めたものの排卵誘発剤の副作用で入院。その後不妊治療専門クリニックに転院しましたが現在はお休み中。鍼灸師として働き、東洋医学に興味を持っています。

基礎体温Check

私の生理周期、だいじょうぶかな？

基礎体温表から体の状態がわかることも

基礎体温表を渡しながら「最近は排卵が2回起こっているみたいで……」と不安な船道さん。先生からは「この状態ならそんなに悪くないですよ。漢方で体調をととのえていきましょう」と言われ、ホッとした表情に。

舌診

舌の色や形から体質や体調を判断！

「舌に歯型がついていて、舌の色が薄いですね。体格のわりに舌はぽってりしていますし、『気虚』と『血虚』がまざったようなタイプかな」と先生。毎日自分で舌をチェックして、健康のバロメーターにする人も多いそう。

船道さんのCheck結果

- もともと「気」が足りない体質
- 排卵誘発剤のダメージがありそう
- 仕事も遊びもがんばりすぎ

東洋医学でいう「気」（エネルギー）が足りない「気虚」で、妊娠を維持する力が不足と診断。「また、遊びでも「気」は消耗されます。仕事も遊びもがんばりすぎないことを心がけて」と先生。

行ってみたよ！ 一陽館薬局 八木本店

妊活のための生薬がいっぱい

スタッフは女性だけだから相談しやすい

「子宝漢方ならおまかせ」という薬剤師のかしたに先生をはじめ、スタッフは全員女性という八木本店は明るく相談しやすい雰囲気。同じ奈良県内には系列店の「一陽館薬房 学園前店」もあり、こちらでも子宝相談が可能。

住所 奈良県橿原市八木町1-11-7
電話 0120-50-9301
HP https://www.ichiyokan.com/
アクセス 近鉄「八木西口駅」より徒歩すぐ
※学園前店（近鉄「学園前駅」徒歩1分）でも相談できます

営業時間	10:00～18:00						
曜日	月	火	水	木	金	土	日	祝
	○	○	○	ー	○	○	ー	ー