

# 漢方 レッスン LESSON.01

## 男性不妊にも 漢方がいいって ホント？

不妊の約半分は男性側にも原因があり、実際、男性不妊が原因で治療をしているという人もふえています。漢方薬を利用して妊活している女性は多いですが、男性不妊にも効果は期待できるのでしょうか？

撮影／大林博之 イラスト／Nobby 取材・文／加藤夕子(リワークス)  
構成／伊藤絵里子 デザイン／太田玄絵



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年に一陽館薬局 学園前店を開業。著書に「30才からの子宝健康法」がある。

### 精子のDNAが、受精卵の成長に関係している！

最近、夫婦で漢方相談に来られるかたが多くなっているという一陽館薬局。数ある相談のなかでも、体外受精で受精卵の発育がうまくいかないケースがふえているとかしたに先生は話します。

「採卵した卵自体は悪くないのに、受精しなかったり、受精しても発育が途中で止まったりするなど、移植まで至らなかった話をよく聞きます。その理由として、男性の精子にも原因があるのではないかと考えていましたが、最近、受精して以降の発育は、精子のDNAが関係していることがわかってきたようです」

不妊治療ではたえ男性に原因があったとしても、必ず女性側にも負担がかかります。だからこそ「男性の体の状態をととのえることが重要」と先生。「精液検査でもし異常なしと言われていても、男性側の精子の補強を考えてほしいですね」



### 夫が忙しくてセックスどころではありません。まずは体調をととのえたい。

#### A 漢方で体力と気力を補うことができます

日々の相談でも、不妊かどうか以前に、疲労とストレスで余裕がない男性が非常に多いと感じています。自分の健康維持でさえ大変なのに、妊活まで体力も気力もまわらないかもしれません。漢方でこれらを補うことができます。

ホルモン分泌や生殖にかかわる「精力」を養う漢方に「補腎薬」があり、その中からパートナーに合うものを選択するといでしょう。また、ストレスや日々が忙しすぎるとエネ

### Q パートナーに不妊の原因が見つかりました。漢方で改善できますか？

#### A 精子をつくる力、運動率をよくする漢方薬があります

不妊治療では、精子の数や運動率によって治療法が決まります。漢方での体質改善では、精子をつくる力を補う「補腎薬」と、



精子の動きをよくする「補腎薬」を中心に、日常生活習慣や基本的な体質を考慮して漢方薬をおすすめしています。ただし精

つた手術が必要となる基質的な不妊原因の場合は、漢方で改善するのはむずかしいでしょう。女性の排卵は1カ月に1回ですが、男性の精子はほとんどつくられています。そういう意味では漢方薬による効果が女性よりは短い期間で出てきますし、実際にスムーズに改善していく男性が多いです。精液の状態は体調などによっても変動が大きいですが、漢方で常によい状態を維持することをめざしましょう。

### Q たばこにお酒。生活習慣に問題があります。どうすればよい？

たばこやアルコールを続ける原因を、漢方薬でコントロールやケアができます

お酒やたばこは、精子の質を悪化させる一因です。特にたばこは受動喫煙もありますから、妊活中は禁煙していただきたいところ。しかし男性はたばこやお酒が精子に悪影響だということを知らないかもしれません。まずは、一度しっかりとどんな影響があるのか伝えて、そのうえでなぜ続けるのか、その理由を探ってください。仕事でイライラするから

つい吸ってしまうのであれば、イライラを漢方でコントロールできますし、お酒をやめられないなら、飲酒によって起こる血流の悪化などを漢方でケアできます。理由なく続けている場合は、1日10本を9本にするなど、実践できる目標値を設定し「1本減らせるなんてすごい」などのように、パートナーをあたたかく応援してあげてほしいと思います。

### Q 夫が協力的でなく困っています。漢方薬局なら夫婦で行きやすいですか？

漢方薬局なら、ふたりの治療への温度感を合わせる作業をお手伝いできます

漢方薬局へ来ることは、病院ほどハードルは高くないのではないのでしょうか。ただ気になるのは、「夫が協力的でない」と思うのは女性側の意見であるということ。パートナーにも妊活に対して考えや意見があるのでは？ ふたりの治療への温度感を合わせるためにも、漢方薬局を公平な目線の第三者として、うまく使ってほしいです。

たとえば奥さんにパートナーへの不満が多い場合は、不満を感じた時点でそれをノートに書きだします。来局された際に男性にそれを質問していき、一つ一つ解決していくのです。そうしてストレスを減らし、問題をシンプルにしていく作業も、お手伝いすることができます。ぜひ漢方薬局をうまく利用してください。

### かしたに先生からご夫婦へのアドバイス

#### 夫婦ふたりの意見をそろえることが大事です

不妊といっても、医学的な原因のない原因不明不妊のケースも相当数あります。原因がないなら、なぜ妊活できないのかを夫婦ふたりで探り、解決するべきです。そのためにもふたりが同じ方向を向いて意見をそろえることが大事。病院では夫婦の相談をしてもらえないことは少ないですが、漢方薬局を利用してください。

#### 女性は楽しむ自分を演じて、関係改善をはかりましょう

妊活中、女性はパートナーに対してイライラしたり怒りを感じる場面も多いと思います。そんなときは「今の状況を楽しむ自分」を演じてみてください。彼に文句を言いたくなったら、あえてほめて、どんな反応をするかを楽しむのです。そうやって夫への言葉を明るく変えることで、2人の距離感や温度感が変わっていくと思います。

### 一陽館薬局



奈良県内に2店舗ある一陽館薬局。全員女性で頼れるスタッフ

地下鉄橿原線八木西口駅のすぐそばにあり、アクセスもよい八木本店。店内は明るく、女性スタッフばかりなので相談しやすい雰囲気。漢方薬局。同じ奈良県内には系列店の「一陽館薬局 学園前店」もあり、こちらでも子宝相談ができます。

住所：奈良県橿原市八木町1-11-7 電話：0120-50-9301  
HP：http://www.ichiyokan.jp 営業時間：10:00～18:00  
定休日：木曜・日曜・祝日 来店が難しい場合は電話相談対応可



「桃福宝」は、これまでの妊娠実績をもとに一陽館薬局がオリジナルで開発した丸剤。血液をととのえる「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種があります。

一人一人の症状、体調に合わせた漢方薬をここで調合します。カウンセリングの際には、先生おすすめの漢方薬を試飲できるので、漢方薬がはじめてのかたも安心です。



漢方相談の前に、自分の体調について、生理の状態についてなどをカウンセリングシートに記入します。このシートをもとに、相談を進めていくので、できるだけわしく記入しましょう。