

★「当院では漢方処方に力を入れています」

もはや漢方なしで整形外科診療は難しいと思っている位効果を感じています

★「漢方の考え方」

シナモンや山椒、生姜、石を砕いた物などが入ってる。

食前・食後・食間いつ内服しても OK です（食間で処方してありますが厳守しなくて良いです）。

名前に「湯」が入っている通り、お湯に溶かして服用すると良いです（味は蜂蜜やレモンなどと相性良く美味しいです）。

副作用はほとんど経験しませんが、まれにコーヒーを沢山飲んだ感じ（胸やけや下痢、動悸）が出ます。

しんどい場合は中止していただいて結構です。

長期内服は肝障害などに注意し 2 ヶ月に一度採血します。

★「漢方のおすすめ 10 選」（興味があればご相談下さい）

- 1 筋肉痛・付着部炎→麻杏ヨク甘湯
- 2 打撲・骨折→桂枝茯苓丸、血打撲一方
- 3 腰痛→疎経活血湯・牛車腎気丸
- 4 関節痛・関節炎→越婢加朮湯
- 5 倦怠感→補中益気湯(コロナやインフル後など)
- 6 肩こり→葛根湯
- 7 ヘバーデン結節→桂芍知母湯
- 8 むくみ・膝水腫→防己黄耆湯・五苓散
- 9 冷え性→当帰四逆加呉茱萸生姜湯
- 10 便秘→麻子仁丸 （僕は疲れて肩こりがある時は補中益気湯と葛根湯を朝にお湯に溶かして服用します）