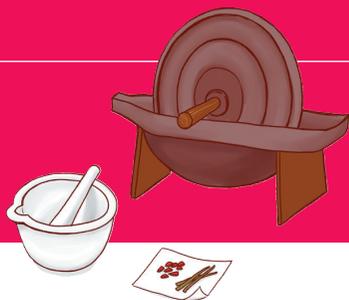


「治療法・対処法」について



「漢方」を うまく利用しましょう



痛み止めや抗不安薬など“一時的・局所的治療”だけでなく、『その根本的原因を改善＝“心身のバランスを回復”させることで自律神経失調症を治す』…これが漢方療法の特徴です。

- 自律神経は心のありように大きく左右されます。ストレスで緊張が続くと、血管が収縮したままになって筋肉が収縮し、その結果として肩こりや頭痛といった症状が現れます。
- 心身のバランスを保持・回復するためには、まず自律神経を安定させ、内臓器官の働きをスムーズにし、収縮した血管を元にもどしてやる必要があります。

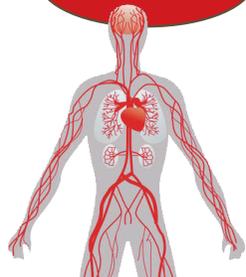
漢方では自律神経を安定させ、血液の流れを良くする処方を多く用います。

血管の修復 ▶

血流の改善
(きれいな血) ▶

新陳代謝
が活発に ▶

自律神経失調症
の症状が改善



逍遙散 竜胆瀉肝湯 加味逍遙散 釣藤散 香蘇散
柴胡加竜骨牡蠣湯 抑肝散加陳皮半夏 加味帰脾湯
加味温胆湯 血府逐瘀湯 半夏厚朴湯 柴胡疏肝散
四七湯 虎脩感應丸 越鞠丸加減 天王補心丸…



漢方薬は、正しく処方されていれば副作用の心配もなく、症状を根本から治す「原因療法」を行っていますので完治します。ただし、正しく処方されていないと、まったく効果が見られないか、場合によっては副作用もあります。

- 一般的に自律神経失調症は、下記のように大別し、原因定義しています。

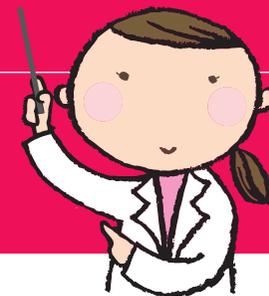
身体症状 ▶ 自律神経本態の失調 ⇒ 「肝」の働きが悪くなるのが原因

精神症状 ▶ 心因性の自律神経失調 ⇒ 「心」の働きに問題が生じるため

くわしくは漢方療法推進会会員店で説明いたします。



ストレスを ためないために



自律神経の最大の敵「ストレス」は、気づかぬうちにどんどんたまっていくものです。ストレスを散らしたり、解消する工夫をしましょう。

- お仕事、家庭、学校などでの人間関係による、避けられないストレスとも、うまくつき合っていくことが大切です。自分なりに、心身をリラックスさせる方法を探してゆきましょう。

自分の性格を再認識

性格を完全にを変えることは不可能です。でも、性格上の問題点を自分で認識しておくことはできるのでは？



家族・友人とおしゃべり

悩みを周囲に相談してみましょう。日頃から友人をたくさん作りましょう。



仕事と余暇の区別

緊張状態のあとに休息は必要です。休日は心身ともに休息をとりましょう。



規則正しい生活

規則正しい生活は、あらゆる病気を予防する基本です。



もし症状が現れたら、専門家に相談しましょう。

自律神経の治療には、病気の発生や原因について、ご本人の環境・性格などを総合的に見ただうえで、的確なアドバイスを受けられる専門家が必要です。

