

漢方の不思議

《83》



炭本隆宏（大分大病
院薬剤部薬剤主任、由
布市）

今回は、漢方のよくある質問をテーマに、私たち薬剤師が聞かれることの多い三つの質問を紹介します。

①漢方薬は食前に飲むように言われるけど、具体的にいつ頃飲めばいいの？

生薬が原料の漢方薬は体内への吸収も食材に似ているため、通常、食事の影響を受けにくい食間（食後2時間ほど経過した空腹時）

または食前（食事のおおよそ30分前）に服用することが望ましいとされています。しかし、胃腸の弱い人の中には、空腹時に服用すると吐き気がすることがあるため食後に服用を指示さ

れる場合があります。食後でも効果が全く失われるわけではありません。決められた量を決められた期間服用することが上手に付き合っていく秘訣です。

②漢方薬はすぐに効き目が出ないのでしょいか？

漢方薬によって効き目は異なります。例えば、足の筋肉がつる「こむら返り」に効果がある芍薬甘草湯は、即効性のある漢方薬として知られています。胃もたれや胃痛、腹部膨満感に効く六君子湯や大建中湯も同様です。体質や症状に合

っている場合、早い場合は服用後30分程度、遅くても数時間以内に効果を実感す

ることができません。

一方、ゆっくりと効くタイプの漢方薬は、一般的に1〜2週間程度、特に長く服用し続けるタイプでも2〜4週間で効果を実感できるとされています。仮に、1カ月ほど服用し続けて効果を実感できない場合は、勝手にやめたりせず、医師または薬剤師に相談してください。

③「西洋薬とは一緒に飲むことはできますか？」
一般的には漢方薬と西洋薬は一緒に服用しやすいと



されていますが、注意しなければいけない漢方薬もあります。お薬手帳には病院や薬局でもらった薬だけでなく、使っているサプリメントや健康食品も全て記載してください。そうすることで飲み合わせを確認することができま

す。薬をより安全に服用できるように、心配なことがある場合は、医師または薬剤師に相談してください。

（企画・監修 西田欣広
・日本東洋医学会大分県部
会会長）

服用後すぐ効くものも