

L'e レピア新聞

L'epia

平成27年 秋号

発行 平成27年10月1日

株式会社レピア

大阪市中央区島町1丁目4-8

カノヤビル5F

TEL 06-6966-6616 FAX 06-6966-6617

http://www.lepia.co.jp

E-mail: info@lepia.co.jp

中国医学 漢方

漢方の起源である中国医学の古典に『神農本草経』というものがあります。漢方で用いる個々の自然薬について解説した薬物学書で、理論に関して多大な影響を与えるものです。噛んでおいしいものを食とし、おいしくないが身体に影響を与えるものを薬としたそうです。農作物の栽培がされていない時代、人は自然に生えている草や実、植物の根などを食べていました。食しているうちに体調の変化を感じ、薬物療法に発展したと考えられます。これが「薬食同源」なのです。

食という字を分解すると「人を良くする」と解せます。常食して身体を作り上げるものが食材です。それに対して薬は、草かんむりに薬と書きます。まさに「身体を薬にする草たち」と考えられるでしょう。

漢方処方を作成する生薬は、植物の全体か、皮や根、葉、種子のような一部、動物の全体か一部、あるいは動物物が生成したもの、鉱物などが該当します。生薬は様々なものが基原となっていていますが、色や形などを手掛かりに効果が確認されて、生薬として用いられるようになったものが数多くあります。

例えば、紅花は花の色が血の色に似ているので、血の流れを良くするのではありませんかと考えられました。また、牛膝(ごしつ)は牛の膝に形が似ているので、ひざなどの関節の痛みが良いのではな

いかと考えられ、実体験をもとに効能を見



生

薬の中には身近なものも存在します。辛夷(しんい)はユブシの花のつぼみです。つぼみが開くこ

とから連想されるように、穴を開く働きがあるので、鼻詰まり

によく効きます。木通(もくつう)はアケビのつるです。つるが伸び広がるように、体内の巡りを改善して痛みを解消します。動物生薬も様々です。海馬はタツノオトシゴ、牛黄は牛の胆石、熊胆は熊の胆嚢です。動植物が生きているときのパワーを摂りいれることとなります。

鉱物は基本的に重く冷たいので、清熱、鎮静効果があると考えられます。哺乳動物の化石化した骨である竜骨などです。古代から、人は自然に様々なヒントを見つけてきました。新薬も自然界からヒントを得たものがたくさんあります。ピンクリスチンは日野草という植物に含まれる成分から生まれた抗がん剤ですし、インフルエンザに用いるタミフルは中華のスパイスである八角の成分から生まれました。古今東西、人と自然とのつながりは深いものです。

出したのです。

	部位	主な効果	例
花	花	頭部に効果をあらわす。	菊花
	花穂	咽や鼻、目など	辛夷
葉	葉	発散の力があり、身体の表面に効果をあらわす。	蘇葉
	地上部		麻黄
茎	茎	植物の中心にあり、人体の胴体部分に効果をあらわす。気管、食道、胃、大腸、その他内臓など。	木通
	根茎		山薬
	鱗茎		百合
果実	果実	植物の栄養を蓄えているので、気血などを補う。	山茱萸
種子	種子	落ちる傾向があり、便秘、痰など、つまりを取り除く	杏仁
根	根茎	生命の根源である血や腎に効果をあらわす。気血などを補う。	当帰
	塊根		麦門冬

生薬の部位と主な効果

インド医学 アーユルヴェエダ

アーユルヴェエダは、サンスクリット語の「アーユス（生命）」と「ヴェエダ（知識、学問、真理）」が合わさった言葉で、「**生命の科学**」ともいわれるインドで古くから語り継がれている**東洋医学の1つ**です。「**予防医学**」の考え方を重視し、**世界保健機構(WHO)が正式に奨励している医学**です。

アーユルヴェエダは、自分自身が自らの心と身体の状態を知り、心身共に調和のとれた健康的な生活おくる方法について教えてくれます。

病気を患ってしまった場合の治療についてはもちろんですが、そもそも病気になるににくい心身をつくること、健康を維持し病気を予防するという**予防医学の側面**を大切にしています。

アーユルヴェエダは、心と身体との繋がりを理解し、自ら心と身体を癒していく方法（技術）を教えてくれる「知識」そのものなのです。

また**インドの「医食同源」**ともいわれ、身体の状態に応じた適切な食べ物と、そうではない食べ物についても詳細に語られており、日常生活における実践的な生活医学でもあります。

『アクティビュー』 痛み抑制成分 ボスウエリアセラタ

『アクティビュー』は発売から1年になります。その中の新しい成分（ボスウエリアセラタ抽出物）について少しご説明しましょう。

ボスウエリアセラタはアラビアからインドに自生するカンラン科ボスウエリア属の植物です。古くから

インドの伝統医療である**アーユルヴェエダ**で利用されており、樹皮から採取した樹脂から水蒸気蒸溜法によって精油を抽出します。その主な健康効果は

■ボスウエリアセラタ



- ◎美肌効果
- ◎集中力を高める効果
- ◎喘息を予防する効果
- ◎**関節痛の症状を緩和する効果**です。



キャンペーンのご案内

アクティビュー
(栄養機能食品)

7+1 セール

十月一日～十月三十一日

あの頃のように、スムーズに身体を動かして快適な毎日を楽しみたい。年齢を重ねるごとに、身体に元気がないと感じるようになっていませんか？『歩く・立つ・座る』と言った日常の動きをしつかりサポートします。



レピアミルト

(洗濯用石けん)

5% off セール

十一月十六日～十二月二十日

お肌への思いやりと環境汚染予防に洗濯用洗剤『レピアミルト』。赤ちゃんにも優しい！

従来お買い上げいただいたよりも掛付け率より5%お得になります。(掛付け率は85%)

