

# 月刊 ゆがの通信

2021年7月号

発行：ゆがの薬局

## 実は経験者の多い「尿漏れ」 漢方のチカラで根本から改善！

「尿漏れ」の原因は？

困っているのに恥ずかしくてなかなか相談しにくい尿漏れ。実は四〇代女性では四割以上の方が尿漏れを経験しています。

- ・急に体を動かした時に漏れた
  - ・咳やくしゃみ、大きな声を出した時に漏れた
  - ・一日に一〇回以上トイレに行きたい
  - ・尿意を感じていないのに漏れた
  - ・排尿後に漏れた
  - ・尿意を感じた時に我慢できずに漏れた
  - ・夜間尿が三回以上ある
- こんな経験がある方は要注意です。



尿漏れの原因はいろいろありますが西洋医学では神経的な障害や細菌などによる感染症を主な原因と考え、骨盤底筋や尿道括約筋のゆるみから起こる腹圧性尿失禁、膀胱炎や過活動膀胱などから起こる切迫性尿失禁、前立腺肥

大や膀胱瘤などから起こる溢流性（いっりゅうせい）尿失禁などに分類しています。

漢方では尿漏れの主な原因を「腎（じん）」と膀胱の衰えと考えています。

漢方での「水（すい）」は血液以外の水分を指し、この「水」の異常が頻尿や尿漏れなどの排尿のトラブルの原因とされています。五臓六腑の中で「水」の状態を調整しているのが「腎」です。「腎」は腎臓という臓器だけのことではなく、排尿・排泄、水分代謝、ホルモンバランスなどを総合した働きを指しており、この「腎」の機能が衰える「腎虚（じんきょ）」の状態になると「水」の異常が起こります。膀胱は尿を貯めて排泄する機能を持つので、「腎」と膀胱は排尿活動が円滑になるように協力し合っています。その機能の衰えが尿漏れの原因になっているのです。

### 漢方で「腎」を根本から改善

漢方で尿漏れによく使われる生薬は桑螵蛸（ソウヒョウショウ）

カマキリの卵鞘で、漢方では古くから尿漏れ対策として使われています。

芡実（ケンジツ）

オニバスの果実の皮を取り除いて乾燥させた種子。「腎」を強くして尿漏れ

を改善します。  
蓮肉（レンニク）

ハスの種子です。下痢を止めたり、心を落ち着かせる効果があります。尿漏れはストレスもその要因と考えられており、他の生薬を組み合わせ使われます。

補骨脂（ホコツシ）

マメ科のオランダビユの種子。体を温めながら腎や胃腸を丈夫にするため、冷えや加齢、過労などによる尿漏れ、下痢などに使われています。

山茱萸（サンシュユ）

ミスキ科サンシュユの果肉を乾燥させたもの。体を温め腎を補います。

他にも黄耆（オウギ）、白朮（ビヤクシュツ）なども使われますが、症状や個人の体質なども考慮したうえで使う生薬を決めています。

これらの漢方は副作用が少ないなどの理由から西洋医学でも使われてきており、まずご相談していただくことが重要です。

尿漏れについてのご相談ご質問は店頭だけでなく、お電話でも受け付けております。お気軽にご相談ください。

## 「こころがワクワクするとからだも元気に」

やる気がおこらない、イライラしやすい、心配事ばかりで不安、うつ、眠れない方ケアバランスでこころを安定させ健康な毎日を送りましょう



## ゆがの薬局

賀茂郡河津町浜149-4 TEL0558-34-0150  
当店ウェブサイト <http://www.yugano-ph.co.jp>

1ヶ月分 8200円（税込）