

病氣対処術 《不妊症編》

妊娠を希望して夫婦生活を営んでも一年以上妊娠しない場合を不妊症と呼んでいます。女性の原因としては、ホルモンや自律神経の乱れによる生理不順や無排卵、卵管での精子通過障害、受精卵の子宮への着床を阻害する子宮筋腫や内膜症などが挙げられます。男性の原因は、精子が少ない精子減少症、精子の運動能が低い精子無力症、勃起不全、膣内射精障害などです。近年の調査で、不妊の原因の約半数は男性が関与していると報告されております。女性だけでなく夫婦の問題として対応していくことが大切です。



不妊症はみんなで協力して解決しよう！

少子高齢化が進む時代であり、出産と子育ては女性だけの問題ではなく、皆で考えなければなりません。妊娠と出産、子育てが無理なく安全にできる環境と知識を備え、少子化に歯止めをかけましょう。このままでは産業や経済、教育など日本社会そのものを支えることができませぬ。不妊症は夫婦にとって切実な問題ですが、政治的にも重要な問題です。そこで、漢方や鍼灸の東洋医学が長年において蓄積してきた経験と知恵を有効に活用して、現代の不妊症に対処していきます。



妊娠への準備

元氣な子を産む第一ステップは、夫婦ともに心身に多少のゆとりを作ることです。女性は妊娠から出産、そして生理再開までのおよそ一年半の間に、ホルモンや自律神経の変動によって、心身双方に変化が現れます。病的な症状に至らない場合もありますが、本人と周りの人がその変化を察し温かく見守ってあげる必要があります。

漢方で治す — 不妊症 —

受精卵が着床し、生育の場となる子宮は、大地の畑と同様に適度な温もりと栄養が必要です。飽食の時代を生きる現代人は栄養過多の傾向にあり、子宮である畑も肥料過剰みです。このような状況では、受精卵が着床しても根腐りを起こし妊娠が成立しません。また、クロミッドなどの排卵促進剤によって子宮内膜が薄くなることがあります。排卵しても子宮がやせこけた状態では受精卵を育てられません。漢方では、女性の不妊の原因は血瘀体質と血虚体質、気滞体質にあると捉えます。



女性不妊症



血瘀体質

血瘀体質は、血液循環が悪く、老廃物や疲労物質が骨盤内に停滞している状態です。この体質の方は、仕事や家事などに忙しく働き、肩こりや腰痛、眼精疲労などから血行不良を生じます。便秘や子宮筋腫などがあると、さらに骨盤内の血行を阻害して、子宮の働きを低下させ、妊娠しにくい体質となります。



女性不妊症



血虚体質

血虚体質は、貧血傾向にあり子宮や卵巣などの組織に酸素と栄養分の供給が不足している状態です。腰から下の冷えがありますが、時に足がほてる場合もあります。血圧は低めで、ふらつきやめまいが起こることもあります。生理周期が長く乱れる傾向にあり、子宮内膜が薄く絨毛の働きも低くなります。受精卵の着床や妊娠の保持が困難になります。



腰下肢の冷えが強い方は当帰芍薬散が、さらに手足のほてりがある方は温経湯がお勧めです。長時間座って仕事をする方は、下肢の冷えに注意して、一時間ごとに立ち上がり歩き、定期的に下肢の血行を促進して、子宮と卵巣へ酸素と栄養分を十分に送り込むようにしてください。受精卵が確実に着床して育てることができるよう、子宮への血流を確保して受精卵にとって快適な環境を作りましょう。

女性不妊症 ♀ 気滞体質

気滞体質は、ストレスや緊張などで自律神経の



働きが乱れて、交感神経が優位な状態が持続している状態です。仕事や勉強など昼間の活動時は交感神経が、夜間の睡眠休息時は副交感神経が優位なり、一日の中でこのサイクルを繰り返して心身の健康を維持しています。気遣いや頭脳労働が多い現代は、身体を動かすことが減り、緊張とリラクセスの入れ替えが難しくなっています。自律神経のバランスや情動などは、目の奥にある視床下部でコントロールされており、それらの乱れは隣接する脳下垂体にも影響を与えて、プロラクチンなどホルモンのバランスを乱す原因となります。ストレスが多くイライラしやすい方は、加味逍遙散がお勧めです。間脳への血流を良くして、視床下部や脳下垂体に酸素と栄養分を十分に供給し、リラクセスできる身体にすることが大切です。自律神経とホルモンの働きを整えて、現代社会のリズムに巻き込まれることなく、本来の自然に近い生活リズムを取り戻しましょう。

男性不妊症 ♂ 陽虚体質(精力減退・勃起不全)

副腎や精巣からの男性ホルモンの働きが弱く、性欲や

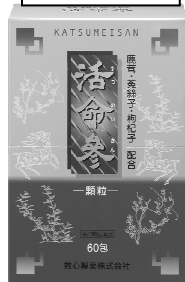


勃起力が低下します。腰から下腹部、下肢に冷えがあり、水分代謝が悪く、むくみや排尿異常が起こることもあります。糖尿病などの疾患が原因となる場合もあります。

ろくじょう
鹿茸



かつめいさん
活命参



精力増強
のツボ



太ももの内側

漢方薬では鹿茸の入った活命参がお勧めです。鹿茸とは、鹿の未成熟の角のことで、男性ホルモンの働きを高め、精力を増強して、陰部への血流を持続的に増やし、勃起力を高めます。ツボ陰包から陰部へのマッサージは、陰茎への血流を促進させます。

男性不妊症 ♂ 気虚体質(精子減少症・無力症)

胃腸の働きが弱く、疲れやすく、抑うつ感や意欲低下の傾向があります。胃腸虚弱で下腹丹田に力が入らず、勃起の持続力が低下します。



補中益気湯は、胃腸の働きを高めて、気力体力を増進して、精子を増やし、さらに精子運動能を高める作用があります。適度に定期的に射精することで、精子を若返らせて運動能を高めることができます。日ごろの養生法としてください。

男性不妊症 ♂ 陰虚体質(心因性勃起不全)

プレッシャーに弱く、精神的な緊張感や焦りが



起こりやすいタイプです。基礎体温を気にして義務的になり、性交が楽しめなくなる傾向にあります。視覚的な刺激は、脳の視床に入り脳下垂体というホルモンの中枢へ伝わり、性腺刺激ホルモンが分泌されて、性欲や勃起などが起こります。

桂枝加竜骨牡蠣湯は、心身の緊張感を緩和して、視覚刺激を脳下垂体に伝達して、勃起不全や不安感、不眠、耳鳴りなどを改善します。旅行などで雰囲気を変えリラクセスして、焦らずにじっくりと愛撫しスキンケアをしてください。