

## 『漢方で子育てに「朝が来た」お話』

### ～漢方で幸せになれる子育てのパラダイムシフト～



連続テレビ小説「あさが来た」を覚えていますか？女優の波瑠さんや俳優のディーン・フジオカさんらが好演、今世紀最高の視聴率を記録しました。明治維新の大阪経済と日本の女子教育に大きなパラダイムシフト（社会の規範や価値観が劇的に変わることを起こした）広岡浅子の生涯を描いたドラマ、感動的でした。

漢方医学は古代中国の素晴らしい哲学から発祥した医学です。この哲学は、孔子が学んだ「易経」や老子の「道德経」の原点となり、吉田松陰や坂本龍馬、「論語とそろばん」を著した渋沢栄一など多くの著名人を感動させ、明治維新というパラダイムシフトを起こしました。

私はこの哲学から発祥した漢方の叡智とエビデンスをもっと活用すれば、子育てにも明るい朝をもたらし、日本の未来を担う子ども達をはぐくむ「子育てのパラダイムシフト」になるのではないかと思います。

#### 【第1部】西洋医学にない全体をみる漢方の素晴らしさ

西洋医学は病気をみる医学で、漢方医学は健康をみる医学です。健康になるためには心身全体のバランスをみる必要があります。漢方医学には人は自然と一体という天人合一の考えがあり、自然と一体の漢方の素晴らしさを知れば、どのような心で、どんな食事、運動、生活をすれば健康によいのか、こどもの好き嫌いが克服できるのか、心身の健康への多くのヒントが得られて、家族全体で幸せになれるのです。

#### 【第2部】子どもと家族の健康を支える日々の漢方とエビデンス

子どもの急な発熱にも漢方があれば安心です。漢方薬に、西洋薬ではカバーできない優れた抗炎症作用や免疫力を高める効能が発見されて、インフルエンザを筆頭に、様々なウイルス感染症の治療が変わろうとしています。子どもに多い脳症や熱性けいれんにも良い効果が期待できるので、これからは漢方薬が風邪の初期治療に欠かせないものとなるでしょう。

痰がらみのこじれた咳や喘息を、漢方では胃腸を元気にして治していたのですが、呼吸器系と胃腸系が遺伝子レベルで密接に関連していることが証明されたので、これからは漢方で喘息体質を根本的に改善できるようになるでしょう。鼻づまりやアトピーなどのアレルギーにも、起立性調節障害の不定愁訴にも、漢方を加えると心身共に健康レベルが高まるので、時として思いがけない良いことが起きます。漢方医学が「小児医療のパラダイムシフト」を起こそうとしているのです。

#### 【第3部】子どもの心と頭を良くする子育てに役立つ漢方医学と漢方薬

子どもは本来、明るくて温かく天真爛漫で、チャレンジ精神に満ちています。時として起きる子どもの問題行動の多くは不安の表れです。現代社会に生きる両親が抱える不安やストレスによって、子ども本来の素晴らしさが失われ、問題行動が目立つようになります。

漢方医学の原点である陰陽太極論は政治、経済、社会にも当てはまる哲学ですが、太極の性質や働きの二面性を表すのが陰陽なので、陰陽には善悪という概念がありません。つまり、この陰陽論を学べばストレスをストレスと思わない考え方が得られ、善悪や好き嫌いを超えた価値観の転換ができるのです。ご両親がこの陰陽太極論の新たな価値観を会得していただければ、ご両親と漢方薬の二人三脚によって、子どもの不安を和らげ、不安や怒りで高まる自律神経の乱れを整え、記憶中枢の海馬の働きを高めて、安心の気とやる気を与えることができるので、子どもの心と頭を素晴らしくドラマチックに成長させることができます。

小児神経科医としてハンディキャップを持つ子ども達や家族と向き合い、心身一如の漢方を実践してきた経験から、健康をみる漢方医学を、病気をみる西洋医学に取り入れてフル活用できれば、どんな子どもでも子育てに明るい朝を迎えることができると思います。