

にきび

監修／島根県斐川中央クリニック 院長 下手 公一

症状と所見

処方

比較的体力がある(実証)

赤ら顔、暑がり、イライラを伴う

黄連解毒湯

月経前に増悪する、便秘傾向、のぼせ

桃核承気湯

発赤が強い、化膿部位が多い

清上防風湯



体力は中程度(中間証)

化膿の初期

十味敗毒湯

月経痛、生理痛を伴う

桂枝茯苓丸

又は桂枝茯苓丸加薏苡仁

顔が浅黒く、手掌に汗をかく

荊芥連翹湯



体力がない(虚証)

月経前に増悪する、色白

当帰芍薬散



1 point ワンポイント・アドバイス

思春期のにきびは、皮脂の分泌を促進する男性ホルモンが多いために発症しますので、チョコレートなどの刺激物を控えることが大切です。

それに対し、20歳代以降のにきびは、皮脂の分泌というよりはストレス、冷え、不規則な生活などによるホルモンバランスの乱れが大きな原因となっており、このような大人のにきびが増えています。

大人のにきびは、高価な洗顔石鹸を使用するよりは、むしろ身体の内側からの治療が重要です。漢方治療では、身体のバランスを整えることで、皮膚のトラブルを改善することが可能です。