

万年農業1年生 院長の自然観察日記 (32)

『無肥料・無農薬・自家採種・連作・草マルチ』の2年目

2月4日の立春が過ぎ、2月14日ようやく今年初めて畑に行くことができました。今年の初仕事は、畑の「どろぼう」の片付けからです。えっ、泥棒？呼び名は地域によって違うそうですが、私の子どもの頃は「どろぼう」でした。「ひっつきむし」というものもあります。正式名称は、キク科センダングサ属の1種で、コセンダン草というものですが、種類がいろいろあり、センダン草・アメリカセンダン草・コシロノセンダン草などがあります。「柀檀（せんだん）は双葉より芳し」の「柀檀」は、高級な線香に使うインドや東南アジア原産の木で、その木の葉に似ていることからセンダン草という名がついたそうです。片やありがたい木で、片や「どろぼう」、いったいこの組み合わせはなんでしょう。ありがたいものとありがたいもの、という対比があるのかもしれませんが。

「柀檀（せんだん）は双葉より芳し」の初出は、鎌倉時代の平家物語だそうです。センダン草の呼び名は地方によって様々で、福島のおばあさんは、猫が体にセンダン草をつけて帰って来ると、「またバカくっつけて来た」と言っていたそうなので、「バカ」と呼んでいた地域もあるようです。中国地方では「ほいと草」、「ほいと」は乞食のことです。やはり、「柀檀」はありがたいもの、「センダン草」ありがたいものというのが正しい由来のようです。泥棒は見つからないように普通の人が歩かない場所を歩く、そんな藪のような所に生えているので「どろぼう」と言うという解説している人もいますが、それはちょっと違うかな。



話が脱線してしまいました。とにかく、このセンダン草はくっつき、取るのに苦労するしで大変なのです。そこでナイロン製のヤッケを着て、ズボンもナイロン性のものにして完全防備で挑みました。かなりの数の「どろぼう」でしたが、ほぼすべて取り除き、最後は集めた枯れ草を燃やして終了。この日は無風で春のような日だったので、風を通さないヤッケのおかげで汗だくになった1日でした。やれやれ・・・。(;'ρ')

今年植えるジャガイモ達です。昨年の秋に収穫したアンデスレッドとキタアカリは良好ですが、デストロイヤーとタワラマゼランは保存の仕方が悪くて芽が出てしまいました・・・。さて、どうなりますか。



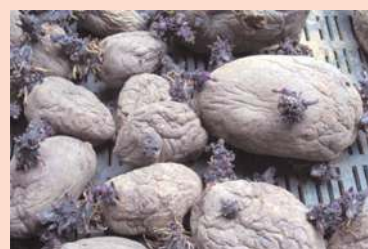
アンデスレッド



キタアカリ



デストロイヤー



タワラマゼラン

洋先生のスポーツによる痛みセミナー 70 中節骨基部剥離骨折

指の第2関節のことをPIP関節と言います。バレーボール・バスケットボールで突き指した時に多く見られるのがPIP関節剥離骨折（中節骨基部剥離骨折）です。単なる突き指だろうと思っても、PIP関節の手のひら側に内出血が起こり、腫れと痛みが強くなる時は要注意です。レントゲンでは、小さな骨片が剥がれそうになっているのを確認できます。完全に剥がれていても、可能な限り指を曲げてギプスやシーネで固定しておくことで骨癒合が期待できます。骨片が大きく関節亜脱臼がある場合以外は保存治療の適応がほとんどです。固定はあまり長く続けると指の機能回復が遅くなるので、骨折部が安定してきたらテーピングなどに変更して動かしながら治療します。早期から漢方の治打撲一方や桂枝茯苓丸を内服しておくことで腫れが早く退きます。



●患者さんの声●

51歳男性。右鼠径部（そけいぶ＝脚の付け根）の痛みが9か月前から続いています。身長161cm、体重58kgとやや肥満体型。鼠経ヘルニアなど内臓の病気を疑って総合病院の内科・外科・泌尿器科でMRIなどの精密検査をしましたが原因不明です。時折、臀部（でんぶ）から大腿後面にしびれや痛みが出る事などから、整形外科的には仙腸関節障害が原因で起こる股関節症状と診断しました。デスクワークが多く、座っていると症状が悪化し、ストレスの解消に毎晩ビールや焼酎の水割りを数杯飲むのですが、余計に痛みが増すそうです。舌診では遠慮がちに出した舌先が、わずかに震えています。脈は右手首で弦のように緊張があり、左手首では弱く触れます。漢方医学的には「肝陽化風、血虚の風湿痺（ふうしつび）」と診断して、抑肝散（よくかんさん）と疎経活血湯（そけいかくけつとう）を処方しました。2週間後「1週間くらいで漢方が効いてきました！」「漢方を飲むのをさぼると痛くなる」とのこと。漢方を継続し、減酒と体操を指導したところ、1か月くらいで症状はほぼ軽快しました。

※肝陽化風とは、ストレスによって自律神経に失調をきたし、ふるえや痙攣（けいれん）を起こすこと。
※血虚の風湿痺とは、「血流不足」「血虚」に「遊走性の邪気」（風）と「軽度の浮腫」（湿）が加わることで、「筋肉や関節の痛み・しびれ」（痺）を起こすこと。

(*漢方薬の効果には個人差があります。必ず漢方専門医、薬剤師に相談し、内服して下さい。)

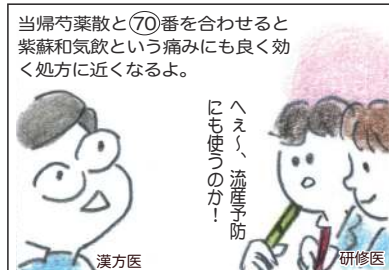
まきようクリニック

つばめ日記



70 香蘇散 腰痛・梅核気篇

絵 エコピー



215号 発売中!

総合誌 あなたとともに歩む道を求めて
TOMO-MICHI
2024.01.01 No.215 定価 550円税込

- 特集 - 広がるオーガニック給食の波・命の糧、食の安全は、私達が守る
- えん罪・袴田事件 袴田ひで子さんに聞く
 - 特別取材 原爆小頭症を知っていますか？

三橋 牧院長執筆!



医療エッセイ
私の新米医師時代

東儀 洋先生執筆!

元気×3

ばね指の体操
～A1 ブーリー
ストレッチ～



* 201～214バックナンバーもあります! ご購入、お問い合わせは受付まで。