

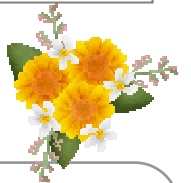
**症例 2： 16 歳女性 生理痛がひどい。 毎回生理が来る時に片頭痛、下腹部が痛い。  
出血の中に黒い固まりがある。 手足が冷たい。 生理期間に下痢しやすい**

**B 班【米井華織、姫野理南子、坪倉由美、岡本真由子】**

**【症状分析】**

16歳の青年期は精神的な悩みなどのストレスにより、情緒不安定になりやすい。また、偏頭痛・生理痛が酷いことから、肝気鬱結証が考えられる。肝気鬱結証になると、気滞血瘀になり、経血に黒い塊が出たり、下腹部の痛みが現れる。また、手足の冷え、青年期であることから、腎陽虚証が考えられる。腎陽虚証からくる気虚により、生理期間に下痢しやすくなる。

**弁証：肝気鬱結証 腎陽虚証 立法：疎肝理気 温経補腎 行気止痛**



**鶏肉のソテー・五味子ザクロソース**

＜材料＞

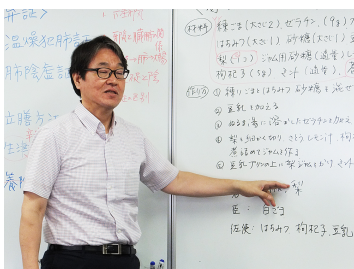
鶏肉 玉ねぎ  
五味子 肉豆蔻  
乾姜 枸杞子  
ザクロ ナツメグ  
バジル タイム  
ニンニク  
鞘隠元



**黄耆ピラフ**

＜材料＞

米 黄耆  
生姜 胡桃  
にんじん  
椎茸 青梗菜  
玉葱 枸杞子



**ご卒業、おめでとうございます！**