

漢方・鍼灸だより No.12

発行日：2022年8月1日 / 発行人：新井 信 / 編集：東海大学医学部付属病院東洋医学科

ためして漢方！

その12

坐骨神経痛



Q 病院で坐骨神経痛と言われました。普段から軽い腰痛はありますが、冬になると悪化します。痛み止めの内服薬とシップ薬を使っていましたがあまりよくなりず、痛み止めも飲み続けたくありません。左側がお尻から足首まで重だるい痛みもあります。漢方薬で痛み止めを飲まずに楽になりますでしょうか？（75歳、女性）

A 坐骨神経痛とは、臀部から大腿後面、下腿にかけて伸びている坐骨神経に沿って現れる痛みやしびれなどの症状を指します。原因は主に腰椎周囲で坐骨神経が圧迫刺激されるため、症状が強いと歩行困難を生じることもあります。原疾患の多くは腰椎椎間板ヘルニアですが、中高齢者では腰椎すべり症や腰部脊柱管狭窄症によることも少なくありません。一般に初期には安静と消炎鎮痛薬、けん引などで治療しますが、症状が長引くと手術の対象になることもあります。

漢方では、坐骨神経痛に加え、腰痛、下肢の痛みや衰弱、夜間頻尿などの加齢で生じるさまざまな症状を「腎虚」というパターンでとらえて治療します。また、局所のうっ血や浮腫が神経を圧迫していると考えて「瘀血」や「水滞」の治療を行ったり、痛みという観点から鎮痛効果をもつ漢方薬を用いたりします。さらに、痛みが慢性化すると寒さや湿気で悪化することが多くなるため、温めて痛みを取る**附子**という生薬を加えます。

具体的には、腎虚が明らかであれば、第一に**八味地黄丸**を選択します。この処方はいわゆる抗加齢薬のようなものでから、長期間服用するとよい結果が出ます。もしも、しびれが取れないなど、効果が不十分な場合には**牛車腎気丸**にグレードアップし、**附子**（医療用の粉末も錠剤もある）を加えて効果を高めます。痛みが夜間や飲酒で悪化するという特徴があれば瘀血を改善する**疎経活血湯**、手足の冷えが強ければ**当归四逆加呉茱萸生姜湯**も効果が期待できます。また、鎮痛という観点から、急性期には**芍薬甘草湯**を用い、冷えて痛む場合にはさらに**附子**を加えます。慢性化した痛みに対しては**麻杏薏甘湯**の効果が期待できますが、**薏苡仁湯**が有効なケースもあります。これらで胃がもたれたり、食欲がなくなったりする人には**五積散**や**桂枝加朮附湯**で対処します。打撲で生じた坐骨神経痛は局所のうっ血が強いと考えると**桂枝茯苓丸**で治療します。

このように、坐骨神経痛にはさまざまな漢方薬を用いますが、あなたの場合、75歳という高齢で腰痛を伴うことから、まず腎虚に用いる**八味地黄丸**を服用することをお勧めします。1～2か月間服用しても効果が不十分であれば、**牛車腎気丸**に変えたり、**附子**を加えたりしてみるとよいでしょう。（新井 信）

救心製薬株式会社 情報誌「はあと」より引用



受診のご案内

東海大学医学部付属病院東洋医学科
<http://kampo.med.u-tokai.ac.jp/>



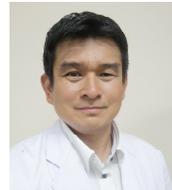
詳しい情報はこちらから
「東洋医学科」のご案内

つらい症状があっても検査で異常がない方、
いまの治療だけでは思うようにはかたが楽にならない方、
日本の伝統医学「漢方」を試してみませんか。
東西両医学を融合させ、最も合った治療法を選ぶことを目指します。

* 漢方外来は保険診療です。



漢方医学の診療 ~ 四診, 特に切診について ~



漢方医学の「^{ししん}四診」のうち、前回までに「^{ぼうしん}望診」「^{ぶんしん}聞診」「^{もんしん}問診」を説明しましたので、今回は最後の「^{せつしん}切診」について紹介します。

「切診」・・・文字を読んでも、どのような診察をするかちょっとわかりませんね。切るということは手術のようなことをして診断することかな??と想像される方もおられるかもしれませんが違います。安心して下さい。切ったりはしません。

ここでいう「切」とは「適切」「親切」という熟語での使われ方と同じで、「過不足なく、ぴったり」という意味を持ちます。何が「ぴったり」なのかというと、治療者と患者、すなわち「切診」とは現代医学でいう「触診」を意味しています。

私は「触診」ではなく「切診」という言い方をするとところに漢方らしさの一端があると

考えています。一方的に治療者が患者に「触れる」のではなく、治療者と患者とが過不足なくぴったりと切する、診察することで治療者が一方的に情報を得るのではなく、患者さんにも安心感や信頼感などを持っていただく、そんな意味を持つのが「切診」だと思います。

「切診」は主に橈骨動脈の拍動を診察する「脈診」と、腹部を診察する「腹診」からなりますが、その他にも病変部分や手足なども診察します。頭が痛い、と訴えているのにお腹を診察されることを不思議に思う方もおられるかもしれませんが、「切診」は体にあった漢方薬を選択するために大切な診察です。漢方外来には、脈やお腹を診察しやすい服装で受診してくださいますようお願いいたします。

(野上達也)

鍼灸治療のご紹介 ~ 坐骨神経痛 ~

* 鍼灸治療は自費診療 (1回6,000円+税)となります

坐骨神経の関連部位である殿部～下腿後面・外側面にかけての痛みの中で、足先まで症状がある場合もあります。脊柱管狭窄症や腰椎椎間板ヘルニア、梨状筋症候群などが原因で生じます。発症原因にもよりますが鍼灸も症状緩和に有効です^{1,2)}。

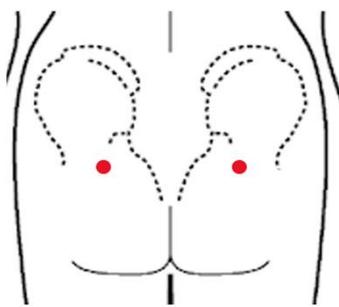
東洋医学では臓腑の機能低下や気の通り道である経絡の異常が生じて坐骨神経痛が生じると考えます。特に経絡の異常は痛みの場所によって刺激をする経穴が変わります。

痛みが足の後面に生じている場合は、^{でんちゅう}臀中・^{いちゅう}委中、側面に生じる場合は、^{ようりょうせん}臀中・陽陵泉を刺激します。

その他の注意事項として、長時間の入浴と飲酒には気をつけましょう。温めると痛みが和らぐため長風呂をすると、後に湯冷めして痛みが増します。お酒は飲んでいる間は身体が温まりますが、酔いが醒めると身体の熱が奪われ冷えてしまいますので控えましょう。

- 1) 井上基造,他.明治鍼灸医学.2002;30:1-8.
- 2) 代田文誌,鍼灸治療の実際,創元社,1966.

臀中 (でんちゅう)



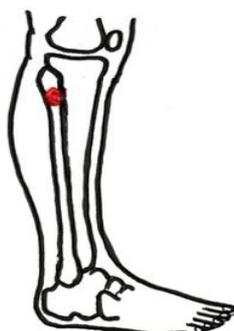
お尻の筋肉のくぼみにある圧痛点

委中 (いちゅう)



膝裏の皺の中央

陽陵泉 (ようりょうせん)



膝下の外側に触れる骨の前下方



(山中一星、高士将典)