

## ためして漢方!

## その15

## 頻尿



**Q** 昼夜問わず、多い時は2~3時間おきにトイレに行くほどの頻尿に悩んでいます。今のままでは旅行や外出も心配でいけません。漢方で改善は見込めますか?

(75歳、男性)

**A** 尿は腎臓で作られ、尿管を通過して膀胱に蓄積され、尿道から体外に排泄されます。腎臓には1分間に約1,000mlの血液が流入し、そのうち約半分を占める血漿が腎臓の濾過装置である糸球体を通過し、さらにその20% (100ml/分) が実際に濾過されて原尿となります。原尿の99%が尿細管で再吸収され、再吸収されなかった1%が尿となり排出されます。通常、膀胱にためることが出来る最大尿量は300~500mlで、150~200mlの尿がたまると尿意を催します。成人では、1日尿量は1,000~1,500ml、尿回数は平均6回前後で、8回以上が頻尿とされます。

頻尿の原因は様々ですが、特に高齢者では、膀胱に尿が十分たまっていないのに我慢できない尿意が起こる過活動膀胱である場合が少なくありません。しかし、糖尿病やうつ血性心不全、腎機能障害、あるいは利尿剤の内服などでも頻尿が起こりますので、原因を調べておくことが重要です。また、日常生活ではカフェインを多く含む緑茶やコーヒーの飲み過ぎにも注意が必要です。

## 煎じ薬のご案内

「煎じ薬」による漢方治療が可能です。\*健康保険で処方できますので担当医にご相談ください

「煎じ薬」とは、★漢方薬の原料である生薬を細かく刻んで調合し煮出したものです

★お一人お一人の症状や体質に合わせた処方の選択が可能です

★生薬が持つ効能を余すことなく引き出せ、処方本来の薬効が発揮されます

★液体なので薬効成分をすばやく吸収することができます

☺ コーヒーに例えると、「煎じ薬」は焙煎されたドリップコーヒー「エキス剤」はインスタントコーヒーのような違いです

漢方では、**猪苓湯**は膀胱炎の急性期で排尿痛や残尿感が強く、血尿を伴うような人に用います。再発を繰り返す場合には**猪苓湯合四物湯**が第一選択です。夜間頻尿を訴える高齢者には**八味地黄丸**が有効で、腰痛、下肢の虚弱や浮腫、手足のほてりを伴うこともあります。**八味地黄丸**で効果が不十分な人や下肢のしびれやむくみが強い人には**牛車腎気丸**がよいでしょう。これは**八味地黄丸**に牛膝(イノコズチの根)と車前子(オオバコの種子)を加えた処方で、利尿作用が強化されています。**清心蓮子飲**は胃腸が弱く虚弱な体格で、体が冷えて膀胱炎を繰り返す人、**人參湯**は胃腸が弱くて下痢しやすく、昼夜ともに薄い尿が多量にでる人に用います。**竜胆瀉肝湯**は前立腺炎などの炎症を伴う人、**五淋散**は尿路系の慢性炎症に用いる機会があります。腰から下の冷えと重さを伴う人に**苓姜朮甘湯**、顔色不良でむくみがちな人に**当帰芍薬散**がよい場合もあります。

あなたの場合、年齢を考えると前立腺肥大を伴う過活動膀胱の可能性ががあります。まず泌尿器専門医の診察を受け、その上で**八味地黄丸**や**牛車腎気丸**を用いるとよいでしょう。

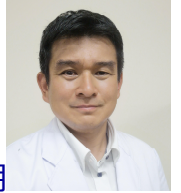
(新井 信)

救心製薬株式会社 情報誌「はあと」より引用



# 漢方医学の基本理論

## ～太陽病について～



今回のテーマは「**太陽病**」です。これは、以前ご紹介した「**六病位**」の最初のステージを表します。漢方医学では病気が発症してから死に至るまでの過程を**太陽病**、**少陽病**、**陽明病**、**太陰病**、**少陰病**、**厥陰病**の6つのステージに分けて考えるのでしたね。重要な古典である『傷寒論』には、この「**太陽病**」について「**太陽之為病，脈浮，頭項強痛而惡寒**」と記されています。つまり、「**太陽病**は、動脈の拍動が皮膚の浅いところで触れ、頭・項が強張り痛み、悪寒がするものである」という意味です。頭痛、悪寒、発熱、喉の痛み、関節痛などが「**太陽病**」の主な症状になります。漢方医学では、この「**太陽病**」の時期のうちに病気を治すことが大切と考え、多彩な症状に対応できるように多くの処方作られ

ました。**葛根湯**は「**太陽病**」の時期に用いる代表的な処方ですが、実は**葛根湯**以外にも、**大青竜湯**、**麻黄湯**、**桂枝湯**、**小青竜湯**など、「**太陽病**」に用いるべき漢方薬はたくさんあります。大青竜湯は煩燥と呼ぶ身の置き所ないような辛さがある場合、麻黄湯は関節痛が強い場合、**葛根湯**は首の後ろの凝りと痛みが強い場合、**桂枝湯**はのぼせが強く喉の痛みがある場合、**小青竜湯**は水鼻やくしゃみなどが目立つ場合により適応となります。

「**太陽病**」では、病態にぴったりと合った漢方薬を飲むと15分くらいで身体がポカポカと温かくなり、喉の痛みや関節痛などが楽になります。「**太陽病**」を速やかに治せるかどうかは漢方医の腕の見せ所です。

(野上達也)

## 鍼灸治療のご紹介 ～排尿痛～

\* 鍼灸治療は自費診療  
(1回6,000円+税)となります

排尿痛とは、排尿時に尿道や膀胱周囲に疼痛や不快感を感じることです。一般的に女性に多い症状で、原因としては膀胱炎、尿道炎などの細菌性のもの、結石がある場合もありますので、まずは専門医の受診をおすすめします。それらの問題はないが、痛みや不快感を感じる方は鍼灸治療を受けてみませんか？鍼灸を行うことで排尿時痛を伴う疾患に有効な結果がみられたと報告されています<sup>1)</sup>。

東洋医学では排尿痛があるものを淋証と表現し、夜間尿と同様で「腎」「膀胱」の機能異常があると考えます。今回は、それらの機能を正常に導くツボをご紹介します。

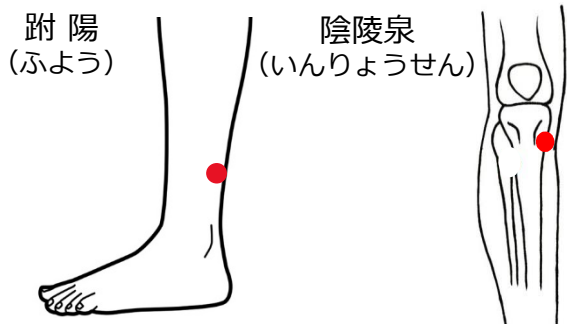
排尿痛にはまず**跗陽**を用います。更に、排尿痛があり尿量が減少したと感じた時は、からだの水の流れをよくするために、**陰陵泉**・**三陰交**・**太溪**を用います。特にこれらのツボを押さえて痛みがある際は押してみましよう。

また、排尿痛をはじめ、夜間頻尿など、排尿に関して問題があるときは足が冷えていることがありますので、ふだんから意識して足下は温めるようにしましょう。

- 1) Zhihao Li, et. Effect of Electroacupuncture with Different Waveforms on Chronic Prostatitis/Chronic Pelvic Pain Syndromes : A Randomized Controlled Traial 2022. PMID:35935300.

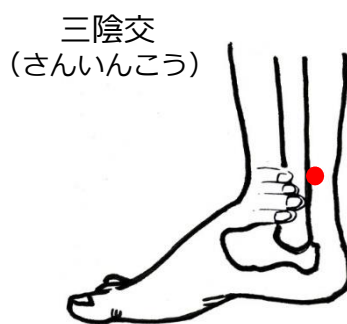


(山中一星、高士将典)



外くるぶしの1番高いところから指4本上がったところのアキレス腱の際

向こうすねの内側で内くるぶしからすねに沿って上がっていきと膝の下で指が止まるところ



内くるぶしの中央からすねに沿って膝の方へ指4本上がった骨の内側の際



足の内くるぶしとアキレス腱との間で脈の触れるところ