

## ためして漢方！

## その23

## 感染性胃腸炎



**Q** 梅雨から夏場は、食中毒が心配です。急な下痢や嘔吐などの症状があり感染性の胃腸炎が疑われるのに、夜中などですぐに受診できないことも多いと思います。そんな時、救急的にまず家で服用できる、常備しておくとおとな漢方薬があれば教えてください。(56歳、男性)

**A** 感染性胃腸炎とは細菌やウイルスの病原体、あるいはその毒素が腸管に感染することで発症する病気です。高温多湿となる梅雨から夏には細菌性のもの、乾燥した冬にはウイルス性のものが多くみられます。

細菌性胃腸炎は激しい腹痛と下痢が主な症状で、血便、発熱、悪心・嘔吐を認めることもあります。主な感染源として、カンピロバクターは加熱不十分な鶏肉、サルモネラ菌は卵や肉製品、腸炎ビブリオ菌は魚介類で、皮膚常在菌である黄色ブドウ球菌は調理する人の手から感染します。一方、ウイルス性胃腸炎はノロウイルスによる冬季下痢嘔吐症が有名で、感染経路はカキなどの二枚貝を不十分な加熱で食べる、汚染された手指で調理された物を食べる、乾燥して飛散した吐物や便を吸い込む、汚染物に触れた手指を介して口から入るなどが考えられます。症状は1~2日の潜伏期間を経て、嘔吐、下痢、腹痛を起こします。消毒にはアルコールは効果が少なく、85℃で1分間以上の加熱、あるいは次亜塩素酸ナトリウム液が有効です。

一旦感染してしまつたら、家庭では十分に水分摂取して脱水を避け、下痢は無理に止めずに細菌やウイルスの排泄を促し、整腸剤で経過をみるのが基本です。漢方治療も有用で、症状によって薬を使い分けます。冬季下痢嘔吐症は口渇と噴水状の嘔吐が特徴的で、お湯に溶いて冷ました**五苓散**を少量ずつ服用すると効果的です。五苓散を含む処方では、**胃苓湯**は腹にガスが溜まる人、**柴苓湯**は発熱がある人や症状が長引く人に用います。**半夏瀉心湯**はみぞおちが張って、腹が鳴り、下痢する人に適しています。下痢が激しく、みぞおちが痞え、便臭が強く、ときに発熱や嘔吐を伴う人で、後頸部が凝って胸苦しければ**葛根黄連黄芩湯**、腹痛があれば**黄芩湯**を用います。

感染性胃腸炎はこれらの原則にしたがい、軽症であれば水分摂取と漢方治療で経過をみてもよく、その場合、症状に応じて**五苓散**や**半夏瀉心湯**を準備しておくといでしょう。ただし、特に小児や高齢者では脱水になりやすく点滴が必要であったり、細菌性胃腸炎では抗生物質が有効であったりしますので、安易に自己判断せず、必ず病院を受診してください。(新井 信)

救心製薬株式会社 情報誌「はあと」より引用



## 第68回オンライン漢方教室

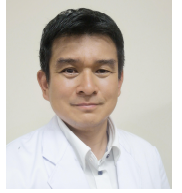


詳しくは「東海大学医学部漢方医学」ホームページをご覧ください。  
<http://kampo.med.u-tokai.ac.jp/>

「漢方教室」は、2005年から年4回、毎回タイムリーなテーマで開催し、漢方と鍼灸で分かりやすくお話ししてきました。新型コロナウイルス感染症の影響で、第60回からはオンラインで開催しています。第68回は「**こころに効く漢方 ~元気になると体調も良くなる~**」というテーマで、YouTubeでご覧になることができます。上記の専用QRコード、または「東海大学医学部漢方医学」ホームページからアクセスしてください。



# 漢方医学の基本理論 ～気虚について(3)～



気虚のもう一つ大きな現れ方として先天の気が損耗する病態があります。これを五臓論という別の理論と結び付け「腎虚」と呼びます。この腎虚の病態が、現代医学の「フレイル」と呼ばれる状態と類似点が多いということで今とても注目されています。

フレイルとは、加齢や疾患によって身体・精神のさまざまな機能が徐々に衰え、心身のストレスに脆弱になった状態で、健康と介護を必要とする状態との間にある状態とされています。

大阪大学の萩原圭祐先生らのグループは

「夜間頻尿」「腰痛」「下肢の冷え」「身体のだるさ」「年齢」の5つの質問からなるJapan Frailty Scale (JFS)を開発し、簡便にフレイルの病態が診断できることを示しましたが、この5つの項目を漢方医学の古典の腎虚の定義から導き出したと述べています。

(<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36007804/>)

腎虚の病態に用いる代表的な方剤としては八味地黄丸、牛車腎気丸などの補腎剤があります。これらの補腎剤を服用することでフレイルの病態が改善することができるのかが今注目されています。(野上達也)

## 鍼灸治療のご紹介 ～胃腸症状～

\* 鍼灸治療は自費診療  
(1回6,000円+税)となります

これから迎える秋は『食欲の秋』と言われるように、食を楽しむ機会が多くなる季節です。しかし、飲食の過剰や食事の衛生面を疎かにするとお腹の調子が悪くなり嘔吐や下痢などの症状が生じてしまいますので、節度を持って食事を楽しみましょう。

東洋医学的には嘔吐の場合、食事を制限し、吐き切ると楽になることが多いです。むやみやたらに腹部を刺激せず、まずは足のツボを刺激しましょう。足のふくらはぎにある飛陽や跗陽、すねにある足三里、上巨虚、下巨虚を使います。特に、すねのツボは胃腸症状に

はよく使います。これらのツボを押さえて痛みがある場合は他のツボよりも念入りに刺激をしてみてください。

また、お腹の調子が悪く、吐き気を伴う時は内関を刺激します。このツボは食に関する嘔吐以外にも化学療法に伴う嘔吐にも有効とされるツボになります。

足裏にある裏内庭は食事による不調時に使用することが多く、この部位にお灸を据え、熱さを感じるまで熱を加えると効果的です。

(山中一星、高士将典)

