漢方・鍼灸だより No.25

発行日:2023年11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25　寝汗

Q もともと体は丈夫な方ではありませんでしたが、半年前に新型コロナウイルスに感染してから、ものすごい寝汗をかくようになりました。朝ふとんが毎日汗でびっしょりで、だるさも取れません。寝汗を止める良い漢方薬はありますか？

（52歳、男性）

A 寝汗とは「寝ている間にかく自然な汗」のことで、睡眠が深くなると、視床下部の発汗中枢の体温セットポイントが下がり、体温を下げようとして汗をかきます。ですから、妊娠中や月経前などでも、体温が上がって、寝汗を大量にかくことがあります。大量の寝汗の原因には、このような生理的な原因の他、パジャマや布団、室温などの生活習慣によるもの、病気によるもの、高熱後や慢性病で体力を消耗したことによるもの、薬剤によるものなどがあります。病気による寝汗では自律神経失調が原因であることが多く、特に大量の寝汗が長く続く場合、甲状腺機能亢進症や結核、悪性リンパ腫など、西洋医学的な治療が必要な病気が原因であることもあります。

漢方では寝汗を「気虚」と考えるのが一般的です。気虚とは、生命エネルギーとしての「気」が不足した病態で、疲れやすい、だるいなどの症状に伴って、寝汗が現れることがあります。このような人の寝汗は、体力がなくて体表面も緩んでいるため、汗をかくというより、汗が漏れ出るという感覚に近いと考えるとよいでしょう。

漢方では気虚の病態に対し、一般に朝鮮人参と黄耆という生薬を含んだ「補剤」と呼ばれる処方を用いて対処します。その中心的な処方が**補中益気湯**で、文字通り「おなかを補って気を益す薬」、すなわち胃腸虚弱を背景に、元気や気力が低下した状態に用いる薬です。この処方を1、2か月間服用していると、徐々に体力や気力が回復し、寝汗も解消することが期待できます。その他、気虚の症状に加え、貧血や低栄養があれば**十全大補湯**、不安や不眠、抑うつ気分があれば**帰脾湯**や**加味帰脾湯**、めまいや頭痛があれば**半夏白朮天麻湯**、頻尿があれば**清心蓮子飲**、高齢で体の機能が衰えたフレイルという状態であれば**人参養栄湯**などを使い分けます。また、朝鮮人参は入っていませんが、体力がさらに消耗して寝汗が甚だしい時に**黄耆建中湯**という薬を用います。

あなたの場合は、コロナ感染によって体力を消耗し、大量の寝汗とだるさを強く訴えていて、他に貧血などの特徴的な症状がないため、最初に用いてよい処方は**補中益気湯**だと思います。　（新井　信）

煎じ薬のご案内

「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

漢方医学の基本理論 ～「気滞」について(1)～

漢方医学では、生体は気血水の３つの要素で成り立つものと考え、日本では一般的にその失調状態としては、「気虚」「気逆」「気滞」「瘀血」「血虚」「水滞」の６つの病態を想定することを気虚(1)で説明しました。本号から気の異常の１つである気滞に触れます。

気滞とは、目に見えないエネルギーである「気」が滞った状態で、気鬱とも呼びます。気は健康な状態では栄衛や経絡と呼ばれる気の通り道を通って全身を巡っているものと考えられていますが、気が何らかの原因によって順調に巡らなくなり鬱滞した状態が気滞です。頭冒感、咽頭閉塞感・異物感、胸満感、息苦しさ、腹部膨満感、四肢のしびれ・違和感といった症状として現れ、多くの場合、抑うつを伴います。気滞の有名な症状として、咽に吐くことも飲み込むこともできない違和感がある、というものがあります。耳鼻咽喉科で詳しく調べても異常がなく治療に難渋します。これは「咽中炙臠」とも「梅核気」とも呼ばれ、漢方医学では1800年前から知られる症状です。咽中炙臠とは「喉に炙った肉が詰まったように感じる」、梅核気とは「喉に梅の種のような違和感がある」という意味で、いずれも症状を的確に表していると思います。半夏厚朴湯という漢方薬が奏効することが多く、重要な使用目標です。半夏厚朴湯は半夏、茯苓、厚朴、蘇葉、生姜で構成され、このうち半夏、厚朴、蘇葉は滞った気を巡らせる作用を持つ生薬で順気薬と呼ばれます。

その他の順気薬には枳実、木香、陳皮、縮砂、香附子、川芎、柴胡、山梔子、桂皮、薄荷などがあります。　（野上達也）

鍼灸治療のご紹介 ～鍼について～

＊鍼灸治療は自費診療
(1回6,000円＋税)となります

鍼と聞くと注射針や縫い針を想像されるのか、「痛そう」「怖い」と思われる方が多くおられます。鍼灸治療で用いられるのはそれらとは異なり、主に毫鍼と鍉鍼という2種類の鍼を使用します。

毫鍼は、身体に刺すタイプの鍼で、現在一般的に鍼灸治療で使用されています。太さは0.16mm程と、髪の毛と同じくらいの細さのため、刺しても痛みを感じにくく、刺したことに気が付かない方もいるほどです。細く作られていることで、柔軟性も持ち合わせています。素材はステンレスで、一度使用すると廃棄するため、鍼を介した感染症の心配はありません。

毫　鍼
（ごうしん）

鍉鍼は、身体に刺さないタイプの鍼で、触れる、摩ることで治療を行う時に使用します。刺される事に抵抗のある方、痛みに敏感な方、免疫力の低下している方に使用することが多いです。刺さないため、先端が丸くなっています。他にもローラー型、扇形など様々な形状があります。また、子供に対して治療を行う時にこの鍼を使用することから、小児鍼ということもあります。

4階東洋医学科外来に実物を展示しておりますので、ご興味がありましたらお越しください。　（山中一星、高士将典）

鍉　鍼
（ていしん）