

漢方・鍼灸だより No.3

発行日：2021年11月1日 / 発行人：新井 信 / 編集：東海大学医学部 附属病院 東洋医学科

ためして漢方！

その3 かぜ



Q 気管支が弱く、毎年冬になるとかぜをひきます。一度かぜをひくと長引き、痰がからんで夜中、咳がとまらず眠れなくなることもあります。漢方で良いお薬はありますか？ (58歳、女性)

A かぜ症候群は主に冬季に流行し、その原因のほとんどがライノウイルスなどのウイルス感染です。ウイルスには抗生物質が効きませんから、かぜ症候群の治療は多くの場合、痰や咳、発熱などに対する対症療法を行いつつ、本質的にはその人の免疫力に頼ることになります。ですから、患者の自然治癒力を高める漢方治療はかぜ症候群には有効な手段だといえます。

漢方ではかぜ症候群の治療を病気の進行によって、1) 急性期、2) 亜急性期～慢性期、3) 回復期に分けて考えます。

急性期はかぜの引き始めで、症状が体表部にとどまっている状態、つまり悪寒、頭痛、のどの痛み、関節痛、鼻水などの症状がある場合です。これを漢方では「太陽病」といい、**葛根湯**をよく用います。エキス剤は白湯に溶いて新鮮な生姜の搾り汁を加えるとさらに効果的です。また、高齢者には**麻黄附子細辛湯**、水のような鼻水が出る人には**小青竜湯**、倦怠感が強い人には**香蘇散**を選びます。

亜急性期とはかぜをこじらせた状態で、口が苦くて粘つく、食欲がない、吐き気がする、舌に白苔がつくなど、胃腸症状が出てきます。

「少陽病」といわれるこの時期は、太陽病から数日を経て現れることが多く、**小柴胡湯**で治療します。これらの症状に加え、咳をしすぎて胸が痛む場合には**柴陷湯**、息苦しさやのどの不快感、空咳を伴う場合には**柴朴湯**、のどの痛みが激しい場合には**小柴胡湯加桔梗石膏**を用います。その他、咳で安眠できない人には**竹筴温胆湯**、顔を真っ赤にして発作性に咳き込む人には**麦門冬湯**、夏かぜのように食欲が落ちて倦怠感が強く、咳や痰が続く人には**参蘇飲**が広く用いられます。あなたの場合、かぜが長引き、痰を伴う咳が止まらずに眠れないのですから、**柴陷湯**、**竹筴温胆湯**、**参蘇飲**などが考えられます。

回復期とはかぜ症状が治まったにもかかわらず、倦怠感や食欲低下だけが残った病み上がりの状態と考えます。この時期にはよい西洋薬がありませんが、漢方には**補中益気湯**というかぜの仕上げの薬が用意されています。

かぜはこじらせてからでは治療に時間がかかります。予防のためにうがいを行っただけでなく、かぜを引きそうだと感じたら、すぐに自分のタイプに合った漢方薬を服用し、体を温めて早く寝てしまうことが重要です。かぜを初期のうちに治してしまえば、きっと快適な冬を過ごすことができるでしょう。

(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

東海大学医学部附属病院東洋医学科
<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。



漢方医学の基本理論3 ~寒熱について~



前回までの基本理論1,2で最も基本となる陰陽と虚実の概念を説明しました。今回は「寒熱」の概念についてご紹介します。

「寒熱」というのは「陰陽」と似ていますが、より局所の病態を意味することが多い言葉です。熱証、寒証、上熱下寒証、真熱仮寒証、真寒仮熱証といった具合に使われます。

熱証というのは全身に熱が満ち満ちている状態で、黄連解毒湯、防風通聖散、大承気湯といった処方への適応となる病態です。一方、寒証というのは全身に寒が満ちている状態で真武湯、四逆湯、茯苓四逆湯などが適応になります。上熱下寒証というのは顔を中心とした上半身には熱があるのに、足先を中心とした下半身には寒がある状態で、桂枝茯苓丸などの駆お血剤や、苓桂朮甘湯などの桂枝と甘草を含む処方の目標になることが多いもので、これは更年期の女性などに比較的好くみられる徴候です。

真熱仮寒証というのは体全体としては熱が優勢であるにもかかわらず表面には寒があり、一見すると寒証にみえるという病態で白虎湯類を用いる目標とされています。逆に真寒仮熱証というのは、寒が極まった際に表面的には熱証のように見えることがあるとされる病態で、臨床的には病気の進行した終末期に認められます。治療には通脈四逆湯、通脈四逆加猪胆汁湯などが必要になります。

このように「寒熱」も患者さんの病態を推測するためには必要な概念です。実際の診療においては手先や足先を触ったり、腹診をしたりすることで分かるものですので、これから寒くなり厚着になりがちな季節が来ますが、漢方外来に受診する際には手足やお腹を診察しやすい服装で来院していただくとうまく思います。
(野上達也)

鍼灸治療のご紹介 ~かぜについて~

*鍼灸治療は自費診療
(1回6,000円+税)となります

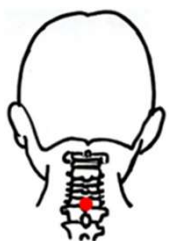
東洋医学ではかぜは百病の長と言われ、放っておくと他の病を引き起こすと考えられています。現在では、かぜの時に鍼灸治療をファーストチョイスで用いることは少ないですが、かぜの初期や予防などに用いると効果があると考えられます¹⁾。

邪気が体表面から侵入し(太陽病といいます)数日後には体深い部分(少陽病といいます)まで入ってゆきます。

太陽病のときは大椎(だいつい)というツボを、少陽病のときは外関(がいかん)というツボを使います。背筋ゾクゾクするときはカイロなどを用いて大椎を温めます。発熱やのどの痛みがあるときは、つまようじ鍼*を用いて大椎を刺激します。また、外関もつまようじ鍼での刺激を行います。つまようじ鍼での刺激は、5~10回くらい、優しく当てるように刺激をしてください。

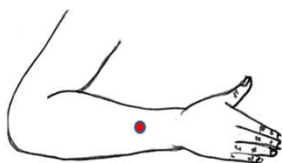
1) 角村幸治,石神龍代,他.かぜ症候群の予防に対する鍼灸治療の有効性-多施設によるアンケート調査-
- 全日本鍼灸学会雑誌.2009;59(4):416-420.

大椎
(だいつい)



首を前に倒すと
出っ張る背骨の
すぐ下

外関
(がいかん)



手首の甲側の
横ジワの中央から
肘に向かって
指2本のところ



*つまようじを5~10本束ねたもの



(山中一星、高士将典)