

ためして漢方!

その37

下痢・胃の重苦しさ・吐き気

Q 普段から胃腸は弱く、最近、急に冷え込んだせいか、下痢が続いています。胃の重苦しさ、吐き気も少しあります。漢方で良いお薬はありますか？

(48才男性)

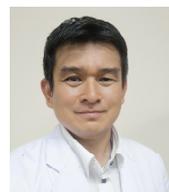
A 下痢は大きく急性と慢性に分けられます。急性下痢はウイルス感染や細菌感染、薬物の副作用、食品アレルギーなどが原因となります。慢性下痢は大腸がんやクローン病などの大腸や小腸の器質的疾患、慢性膵炎、糖尿病、大腸癌などによって起こることがあります。いずれにしても正しい診断が第一です。一度は精査を受けることをお勧めします。

相談者のような慢性下痢によく使う漢方薬として**真武湯**と**人參湯**があります。**真武湯**は新陳代謝が低下した人で、顔色が悪く、からだ全体が冷えた人に適応があり、明け方に腹鳴と下痢を生じることもあります。**人參湯**は

食欲低下や胃もたれなどの上腹部症状を伴う下痢によく用います。この場合は**人參湯**がよいかもしれませんが。水様便が続く場合には**啓脾湯**が有効なこともあります。絞られるような痛みを伴う過敏性腸症候群には**桂枝加芍薬湯**が第一選択になります。

急性下痢症のうちノロウイルスやロタウイルスなどによる感染性胃腸炎は漢方治療のよい適応です。嘔気、嘔吐、下痢があり発熱が目立たなければ**五苓散**、下痢や腹痛が強く発熱する場合には**黄芩湯**がよいと思います。嘔気が強ければ**黄芩加半夏生姜湯**としますが、**エキス剤**で代用する場合には**黄芩湯**と**小半夏加茯苓湯**を合わせるか、**半夏瀉心湯**と**芍薬甘草湯**を合わせると類似の構成生薬となります。

(野上達也)



処方解説

啓脾湯

便通の異常と言え、便秘だったり、下痢だったりですが、消化器の機能が弱い方は下痢しがちです。消化器の機能が弱いというのはどういうことでしょうか？胃が弱い、腸が弱いと言ったりしますが、消化器の機能には膵臓や胆嚢、広く言えば肝臓も関わってきます。消化には物理的な腸管の蠕動運動に加えて消化酵素による消化という化学的な要素も必要です。従来、西洋薬で消化機能が弱くて下痢するような方に消化酵素の薬が使用されていましたが、残念ながら近年製造を中止してしまった薬剤が多数あり、個人的には困っています。

このような状況ですが、**啓脾湯**という漢方

薬は消化酵素を処方したいような方に使用しています。効能には「やせて、顔色が悪く、食欲がなく、下痢の傾向があるものの次の諸侯：胃腸虚弱、慢性胃腸炎、消化不良、下痢」とあります。**蒼朮**、**茯苓**、**山薬**、**蓮肉**、**大棗**と消化機能を高める**健脾薬**が多数含まれ、**人參**、**甘草**といった気を補う生薬、水をさばく**沢瀉**、気を巡らせる**陳皮**、そして**山楂子**は消化酵素的な役割をしています。消化機能が弱くて食べ物から気が補えず、気が不足しているような方に使用します。

(谷口大吾)



漢方医学の基本理論 ～「水滞」について(5)～



水滞の③胸内型では水様の鼻水、喀痰、胸水、動悸、胸内苦悶感などを認めます。今日でいうアレルギー性鼻炎、気管支喘息、うつ血性心不全などがこの病態に相当します。

水滞の胸内型で陽証（症状が熱性、活動性、発陽性）の場合に第一選択となるのは木防己湯です。石膏、防己、桂枝、人參の4つの生薬からなるこの処方、心下部が硬く痞えて重苦しく感じ、少し動いただけでも息切れがしてしまうようなときに用います。慢性心不全の患者に利尿薬などに加えて木防己湯を用いることで心不全のコントロールが改善し、快適に過ごすことができるようになることがあります。気管支喘息に用いられるのは神秘

湯です。「神秘」という名前の通り、気管支喘息に信じられないくらい効果的であったのでこの名前が付けられたとされる処方で、今日でも喘息コントロールを目的にしばしば用いられます。

胸内型で陰証（症状が寒性、非活動性、沈降性）の場合に第一選択となるのは小青竜湯です。私は毎年春先にスギ花粉症で水のような鼻水が出て止まらなくなることがありますが、小青竜湯を服用すると10分ほどで鼻がすっきりするため手放せません。小青竜湯で胃がもたれや、尿閉や不眠などの副作用が出たりする場合には麻黄のっていない苓甘姜味辛夏仁湯がよいでしょう。（野上達也）

鍼灸治療のご紹介 ～下痢・食あたり～

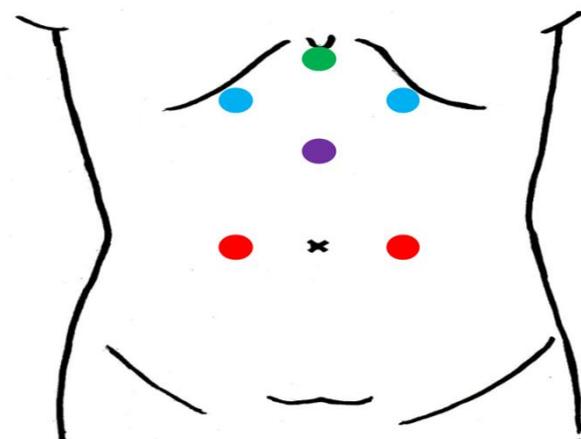
* 鍼灸治療は自費診療
(1回6,000円+税)
となります

腐敗したものを食べて食中毒になった場合、腹痛・嘔吐・下痢が生じます。軽いものだと悪いものを出し切ると改善しますが、症状が長引くと脱水症状を引き起こすので注意が必要です。さらに、生魚を食べた後に数日不調がある場合はアニサキスという寄生虫が原因のこともあります。心配な場合は一度病院で診察を受けてください。

東洋医学では下痢を泄瀉と痢疾と言います。泄瀉は便に水分が多く、量も多いが、1日1～3回で排泄後スッキリとする状態を表し、痢疾は回数が多いが量が少なく、激しい腹痛があり、血液や粘液が混じるという状態を表します。食中毒は痢疾に該当します。

もし食あたりになった場合は、腹部の鳩尾、天枢、中脘、不容、足裏の裏内庭を刺激して、早期回復を目指してください。

(山中一星)



● 天枢 (てんすう)

へそから両側に指3本分のところ

● 中脘 (ちゅうかん)

へそとみぞおちの間

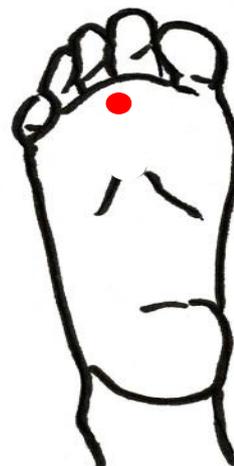
● 鳩尾 (きゅうび)

胸骨の指1本下、みぞおち

● 不容 (ふよう)

臍から外に指2本横で、そのまま上にいき、肋骨との境目

裏内庭 (うらないてい)



足の人差し指の腹側のシワから親指ぐらいのところ

