

坐骨神経痛



003 **ためして漢方**

坐骨神経痛

004 **処方解説**

疎経活血湯

005 **漢方医学の基本**

心の失調状態について

006 **鍼灸治療のご案内**

坐骨神経痛と鍼灸、経穴紹介

めぐり

Vol.43 CONTENTS

2025年4月より漢方・鍼灸だよりをリニューアルしました。東洋医学では、気・血・水（津液）という3つの要素が身体の中を順調に巡っている状態を健康と考えます。毎月旬なトピックスを取り上げ、漢方・鍼灸に係わる事象をお届けしてまいります。この1冊がきっかけとなり、患者さんの身体の不調が改善されれば幸甚です。

ためして漢方！

今月のテーマ「坐骨神経痛」

Q

Question

数か月前から腰から殿部、大腿後面、下腿外側、足先にかけて放散する痛みがあります。医師からは坐骨神経痛といわれ、腰部脊柱管狭窄症ようぶせきちゅうかんきょうさくしやうが原因であると診断されました。非ステロイド性消炎鎮痛剤(NSAIDs)は効果がなく、神経障害性疼痛治療薬の処方を受けましたが、眠気とめまい感があります。漢方薬で良いものがあれば教えてください。(75才男性)

A

Answer

坐骨神経痛とは、おしりから足にかけての痛みやしびれ、筋肉の動かしづらさなどが出る状態のことです。これは「病名」ではなく「症状の名前」で、原因となる病気には、腰椎椎間板ヘルニアや腰部脊柱管狭窄症などがあります。治療には、痛み止め(ロキソプロフェンなど)、筋肉の緊張を和らげる薬(エペリゾンなど)、神経の痛みを抑える薬(プレガバリンなど)などが使われます。また、リハビリや生活習慣の見直しも大切です。痛みが強いときには、神経のまわりに薬を注射する「ブロック療法」や、手術が検討されることもあります。

漢方医学には「不通則痛ふつうそくつう(通じざれば則ち痛む)」という考え方があり、痛みは気血水が通じなくなると起こると考えます。坐骨神経痛は特に血の不足けつきよ(血虚)と滞りおけつ(瘀血)が原因となることが多く、また冷えも痛みを悪化させる重要な要素になります。

坐骨神経痛の急性期の激しい疼痛しやくやくかんぞうとうには芍薬甘草湯を用います。血を補うことで筋肉を緩め、痛みを抑えます。しかし、甘草かんぞうを多く含んでいるため副作用で血圧上昇や低カリウム血症を起こさないように注意が必要です。漫然と長く使い続けることは避けましょう。発症から少し時間の経った坐骨神経痛で、足のむくみや冷え、皮膚の乾燥などを伴うときには疎経活血湯そけいかっけつとうを用います。気血水を巡らせる力が強く応用範囲の広い処方です。入浴で楽になる、温めると良くなる、寒くなると悪くなるといったように冷えが症状を悪くしている場合には、トリカブトの根である附子ぶしを含んだ処方を用います。附子は体を温め、痛みをとる力が強く桂枝加朮附湯けいしかじゆつぶとうがその代表です。長年、坐骨神経に悩んでいる方には八味地黄丸はちみじおうがんや牛車腎気丸ごしゃじんきがんが有効な場合があります。腰痛、目の疲れ、耳鳴り、頻尿、夜間尿などの加齢性変化を伴っている場合にはよい適応です。痛みが長く続いて、筋力が落ちたり、体重が減ったりしている場合には大防風湯だいぼうふうとうを用います。この処方には人參にんじん、黄耆おうぎといった元気をつける生薬を含んでいます。症状によっては、これらの処方をいくつか組み合わせることもあります。坐骨神経痛では漢方薬と西洋薬とうまく併用することで、より高い効果が得られることもあります。体質や症状に合った方法を選びながら、焦らず根気よく治療を続けていくことが大切です。(野上達也)

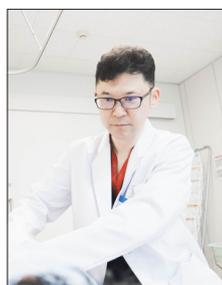
処方解説

そけいかっけつとう 疎経活血湯

肩こり、腰痛、五十肩、膝の痛みなどは中年以降になると多くの方が経験されている不快な症状かと思えます。お尻の所から、下肢の裏側にかけて、痛いような、しびれているような症状を感じている際に、坐骨神経痛と言われることがあります。西洋医学的には脊椎もしくは臀部の筋肉など、坐骨神経という神経が通り道のどこかで圧迫されて生じると考えられています。一方、東洋医学的には関係している筋肉の緊張を緩めたり、神経の圧迫のある局所のむくみや血流を改善させることで症状を改善させたりしようとしています。東洋医学では膀胱経（足太陽経筋を含む）の走行と症状の部位が一致しており、鍼灸が治療効果を得やすいです。漢方薬であれば、筋緊張をゆるめるには芍薬甘草湯が有効であり、局所のむくみや血流を改善する目的であれば疎経活血湯をよく用います。

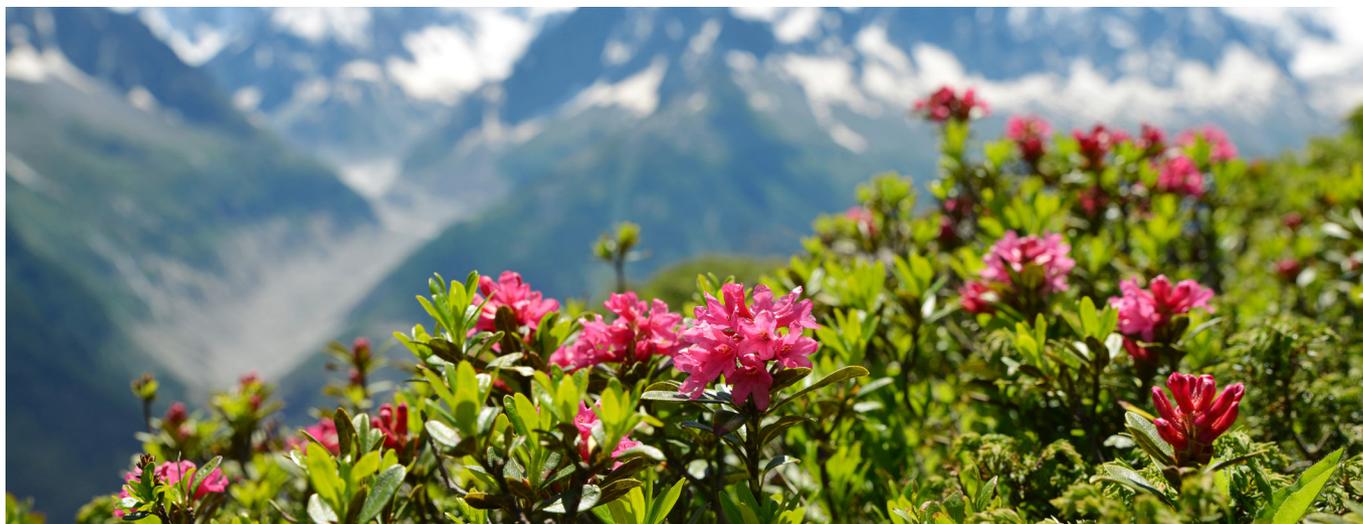
疎経活血湯は17種類の生薬から構成されており、保険適応漢方薬としては防風通聖散に次いで2番目に含有されている生薬の種類が多い処方です。17種類の生薬は痛み、むくみ、血行不良を改善する成分、温める成分、熱を取る成分が含まれており、効果効能は関節痛、神経痛、腰痛、筋肉痛とされており、筋骨格系に対する総合痛み治療薬のような内容となっています。

解説をしてくれた人



谷口 大吾 | たにぐち だいご

西洋医学と東洋医学のハイブリッド診療。心身一如、心身医学の考えを取り入れた全人的医療。こういった考えを基に自然治癒を目指した治療で皆さんの役に立ちたいです。東洋医学科准教授。



漢方医学の基本 41

脾の失調状態について

五臓論における脾は①食物を消化吸収して、水穀の気（水や食べ物から作られる気）を生成し、②血の流通をなめらかにし、③筋肉の形成と維持をあくまで保っており、脾の機能が正常に働かないと、食欲の低下、消化不良、唾液過多、腹部膨満、腹痛、下痢、泥状便、空腹感の消失、胃もたれ、口の渇き、手足の火照りなどの症状を来します。また、異常な食欲亢進や、抑うつ・不安などの精神症状をきたすこともあります。

脾の失調状態を改善するために用いられる処方、陽気と陰液のバランスで大きく3つに分類するとわかりやすいでしょう。陽気とは目に見えないエネルギー、陰液とは体をめぐる水分と考えてよいと思います。

(a)	熱脾の陽気が不足している場合 冷え症状があり、唾液分泌過多や胃部の振水音、下痢など消化管の水分過剰の症状を伴います。気持ちが落ち込みやすく、不安がつよくなることもあります。よく用いるのは六君子湯や人參湯です。下痢傾向が強ければ啓脾湯を使います。不安、不眠などの精神症状が強い場合には帰脾湯や加味帰脾湯がよいでしょう。
(b)	脾の陰液が不足する場合 体熱感や微熱、口渇、手足の火照りなどを認めます。最もよく使う処方は補中益気湯です。風邪をこじらせて食欲が低下した場合には第一選択です。暑気あたりで食欲が落ちた時には清暑益気湯がよいでしょう。食が細い子供で、学校に行く前になると腹痛を訴えたりする場合には小建中湯や黄耆建中湯を用います。
(c)	脾の陽気・陰液が共に不足する場合 気血両虚の病態に陥りやすく、十全大補湯を用います。呼吸器症状や不眠が目立つ場合には人參養栄湯とします。

病態にあった処方を用いて脾の失調状態を改善すると、食欲が出て、気持ちが前向きになります。しっかり食べることは健康のための基本です。脾を整えて、快適な生活を過ごしましょう。

解説をしてくれた人



野上 達也 | のがみ たつや

漢方医学を通じて多くの患者様の心身の健康に貢献したいと考えております。現代西洋医学との組み合わせも考え、最善の医療をご提供致します。
東洋医学科診療科長・教授。



NEXT ISSUE

次号「Vol.44」は **胃の不調** を特集。

6月1日発行予定。

BACK NUMBER

Vol.1 から最新号まで、東洋医学科公式ホームページより閲覧できます。



Vol.41
「花粉症」



Vol.40
「眠れない」



Vol.39
「精神不安」



Vol.38
「乾いた咳」



Vol.37
「下痢・胃の重苦しさ・吐き気」

公式WEB



本学サイバー攻撃に伴うシステム障害のため、現在閲覧することができません。

Cover Illust

つつじ。色によって異なる花言葉があると言われており、ピンク色は「恋の喜び」や、「愛の始まり」といった意味が込められています。4月下旬から5月にかけて、多くの人に親しまれている花です。



めぐり

漢方・鍼灸だより | 東洋医学科広報誌

発行日 2025年5月1日

発行人 野上達也

© Tokai University Hospital 2025