

漢方・鍼灸だより

No.6

発行日：2022年2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6

下痢・食あたり



Q 普段から胃腸は弱く、冷たいものを取りすぎたせいなのか、下痢が続いて止まりません。胃の重苦しさ、吐き気も少しあります。下痢止めは飲みたくないのですが、漢方で良いお薬はありますか？

(48歳、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、原因によって対処法も異なります。一方、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、糖尿病などによって起こることがありますが、原因が不明なことも少なくありません。

漢方治療では原因の如何に関わらず、下痢の状態や腹痛の有無などによって処方を決めます。とくに慢性的に続く原因不明の下痢は、胃腸が冷えて機能が低下した状態であることが多く、漢方治療のよい適応です。このような場合、朝鮮人参や乾姜、附子などを含む処方を用いて腹部を温めます。

慢性下痢によく使う漢方薬として**真武湯**と**人参湯**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があります。**人参湯**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。これらが無効な場合、**啓脾湯**が有効なこともあります。また、腹部がガスで張って

いる状態には**大建中湯**、みぞおちがつかえ、げっぷや吐き気を伴う人には**半夏瀉心湯**を用います。ストレスで腹痛ととともに下痢が続く、あるいは下痢と便秘を繰り返すものは過敏性腸症候群と考えられ、**桂枝加芍薬湯**で治療します。

急性下痢であっても、ウイルス性胃腸炎などには漢方治療を積極的に用います。とくに冬季に流行するノロウイルス感染症は、感染後1~2日でみぞおちのつかえ感と口渇、噴水状嘔吐、激しい下痢を生じ、その時に**五苓散**を白湯に溶いて少量ずつ服用すると効果的です。もしも悪心よりも下痢や腹痛が強ければ**黄芩湯**、さらに悪寒を伴えば**葛根黄連黄芩湯**を用いるとよいでしょう。また、**胃苓湯**は食あたりで口渇や吐き気がある場合に試みます。

さて、あなたの場合は下痢が長引いていますので、原因を調べておく必要があります。その上で、胃の重苦しさや吐き気などの上腹部症状もあるため、**半夏瀉心湯**を飲んでみてはいかがでしょうか。同時に冷たい飲食物を避け、腹巻きなどで腹部を温めることも養生として重要です。

(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

東海大学医学部付属病院東洋医学科
<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はからだは楽にならない方、
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6 ~きけつすい~ 気血水について~



古代の中国では、生体を3つの要素で成り立つものと考えました。その3つが「気」「血」「水」であり、病はこの3つの要素の失調によって起こると考えたのです。

「気」とは生命活動を営む根源的なエネルギーであり、目に見えないものです。「血」は気の働きを担って生体内を巡る赤色の液体であり、今日でいう「血液」と重なりますが、単純に血液だけを指すわけではなく、全身の栄養状態などにも関わる概念です。「水」は気の働きを担って生体を巡る無色の液体であり、今日の「体液」がこれに重なりますが、これも単に体液を意味するだけではなく、

水分代謝機能も含む概念として理解されています。

気血水の失調状態としては、「気虚(ききょ)」「気逆(きぎやく)」「気滯(きたい)」「瘀血(おけつ)」「血虚(けつきょ)」「水滯(すいたい)」の6つの病態があり、生体に起こる症状をこの6つの病態に整理することで適切な治療薬を選択する指標になります(表1)。

気血水の考え方は、江戸時代に吉益南涯よしますなんがいはいという先生が確立したものとされていますが、今日でも非常に有用であり、適切な漢方薬を選択するためにしばしば用いられています。

(野上達也)

【表1：気血水の失調状態について】

分類	病態	主な症状	治療に用いる主な漢方薬
気虚	気が量的に不足した状態	疲労倦怠、無気力、食後の眠気など	人参湯、補中益気湯など
気逆	気が頭部に逆上した状態	冷え逆上せ、動悸、顔面紅潮など	桂枝湯、三黄瀉心湯など
気滯	気のめぐりが悪くなり停滞した状態	抑うつ気分、不安感、腹部膨満感など	半夏厚朴湯、香蘇散など
瘀血	血のめぐりが悪くなり停滞した状態	月経異常、皮膚・粘膜の暗赤色化など	桂枝茯苓丸、当归芍薬散など
血虚	血が量的に不足した状態	貧血、皮膚乾燥、爪の異常など	四物湯、芍帰膠艾湯など
水滯	水の量的異常、分布の異常	浮腫、尿量の異常、めまいなど	五苓散、真武湯など

鍼灸治療のご紹介 ~下痢と便秘~

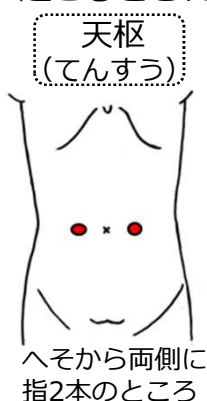
* 鍼灸治療は自費診療 (1回6,000円+税)となります

鍼灸治療は下痢や便秘に対して効果がある¹⁾とされていますがあまり知られていません。WHOでも適応症の1つとして言われています。東洋医学では下痢を泄瀉(せっしゃ)と痢疾(りしつ)と言い、泄瀉は便に水分が多く、量も多いが、1日1~3回で排泄後サッパリとする状態を表します。暴飲暴食、消化機能低下、ストレスなどが原因と考えられます。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。これは腐った物や冷たい飲食物の取り過ぎで起こるとされています。

便秘は秘結(ひけつ)と言い、コロコロとした兔糞便の場合は身体の水分不足が起こっていることが考えられます。また、便意はあっても排便の力がなくて便秘とを感じるものは気の不足が起こっていることが考えられます。

東洋医学では異病同治という考えがあり、異なる病気や症状でも同じ治療を行うことができます。そのため下痢と便秘であっても同じ経穴を使って治療を行うことができます。今回は下痢便秘によく使用するツボをご紹介します。

1) Zhishun Liu et. Annals of Internal Medicine.2016;165(11):761-769.



(山中一星、高士将典)