

第13回漢方教室（漢方）

頭痛やめまいもスッキリー持病だと諦めていませんか？ー

I. 頭痛とめまいの基礎知識

1 頭痛

1) 疫学

- 頭痛はありふれた症状で、外来初診患者の約10%が頭痛を主訴とする
- 日本人の3~4人に1人（約3000万人）が「頭痛持ち」である
 - そのうち2200万人が緊張性頭痛、840万人が片頭痛、1万人が群発頭痛といわれる
- クモ膜下出血・脳腫瘍による頭痛は、毎年3万人に発生する
- 日常生活に支障ある頭痛を、世界中で最低40%の人が経験する
- 男性よりも女性のほうが頭痛の症状を訴えることが多く、筋緊張性頭痛の6割、片頭痛の8割が女性である

(Wikipedia より引用)

2) 原因による分類

- (1) 頭蓋内に器質的な病変がない頭痛（一次性頭痛）
 - a. 片頭痛
 - b. 緊張型頭痛
 - c. 群発頭痛、慢性発作性片頭痛
 - d. 寒冷刺激などによる頭痛
 - e. 原因物質の摂取や離脱による頭痛
 - f. 頭部以外の感染による頭痛
 - g. 内科的疾患に伴う頭痛
 - h. 頭蓋骨、頸、眼、耳、鼻、副鼻腔、歯、口、あるいは他の顔面、頭蓋組織による頭痛または顔面痛
- (2) 頭蓋内に器質的な病変がある頭痛（二次性頭痛）
 - a. 頭部外傷による頭痛
 - b. 血管障害による頭痛
 - c. 非血管性頭蓋内疾患による頭痛
- (3) 頭部神経痛、神経幹痛、求心神経遮断性疼痛

3) 危険な徴候

- 今までに経験した事がないような頭痛、今までの頭痛で最悪の頭痛
→ クモ膜下出血、髄膜炎
- 高齢者の初発頭痛 → 脳出血
- 持続進行性の頭痛 → 髄膜炎、脳腫瘍
- 突発（何時何分に起きた、何をしている時に起きたと正確に言える）→ クモ膜下出血
- 強い病感（嘔気や嘔吐を伴うこともある）→ クモ膜下出血、脳出血、緑内障
- 神経症状（麻痺や複視など）、精神症状、てんかんなどを伴う → 脳出血
- 項部硬直がみられる（髄膜刺激症状がある）→ クモ膜下出血、髄膜炎
- 発熱や発疹を伴う → 髄膜炎
- その他
 - ・眼底検査でうっ血乳頭がみられる → 頭蓋内圧亢進（脳腫瘍など）
 - ・未明や早朝からの頭痛

2 めまい

1) 症候による分類

(1) 回転性めまい vertigo

自分の身体または大地があたかも回転しているかのような感覚
激しい嘔気を感じることがあり、体のバランスを失って倒れることもある
神経系、とくに三半規管、前庭神経、脳幹の異常など前庭神経核より末梢の障害が
原因となることが多い
大抵は耳の障害で生じる

(2) 浮動性めまい dizziness

よろめくような、非回転性のふらつき感
回転性めまいの回復期や脳幹、小脳の異常、高血圧などで生じる
大抵は中枢神経や高血圧で生じる（神経系あるいは循環器系が原因である）

(3) 立ちくらみ（失神 syncope）

血の気が引き、意識の遠くなる感覚
実際に失神に至ることもある
循環器系に問題があることが多い
起立性低血圧の代表的な症状であるほか、アダムス・ストークス発作でもみられる

(4) 平衡障害 disequilibrium

2) 原因による分類

(1) 神経性めまい

中枢性めまいか末梢性めまいかを鑑別する

	末梢性めまい	中枢性めまい
病変部位	内耳、前庭	脳幹、小脳
めまいの性質	回転性	浮動性
めまいの程度	重度	軽度
めまいの時間性	突発性、周期性	持続性
めまいと頭位、体位との関係	あり	なし（例外あり）
耳鳴、難聴	あり	なし
脳神経障害	なし	あり
眼振	一側方注視眼振、 回転性、水平性	両側方注視眼振、 縦眼振

(Wikipediaより引用・一部改変)

(2) 循環器性めまい

日常で最も多いのは一過性血圧上昇による浮遊感である
原則的に西洋医学で原疾患の治療を行う

(3) 全身性めまい

3) 危険な徴候

- 手足や口がしびれる
- ろれつが回らなくなる
- 今までに経験したことのないぐらいの頭痛や吐き気がする
- モノが二重に見える
- 視野に異常を感じる
- 意識を失いそうになる
- 突然、激しい耳鳴りがおきた

II. 漢方の適応と不適応

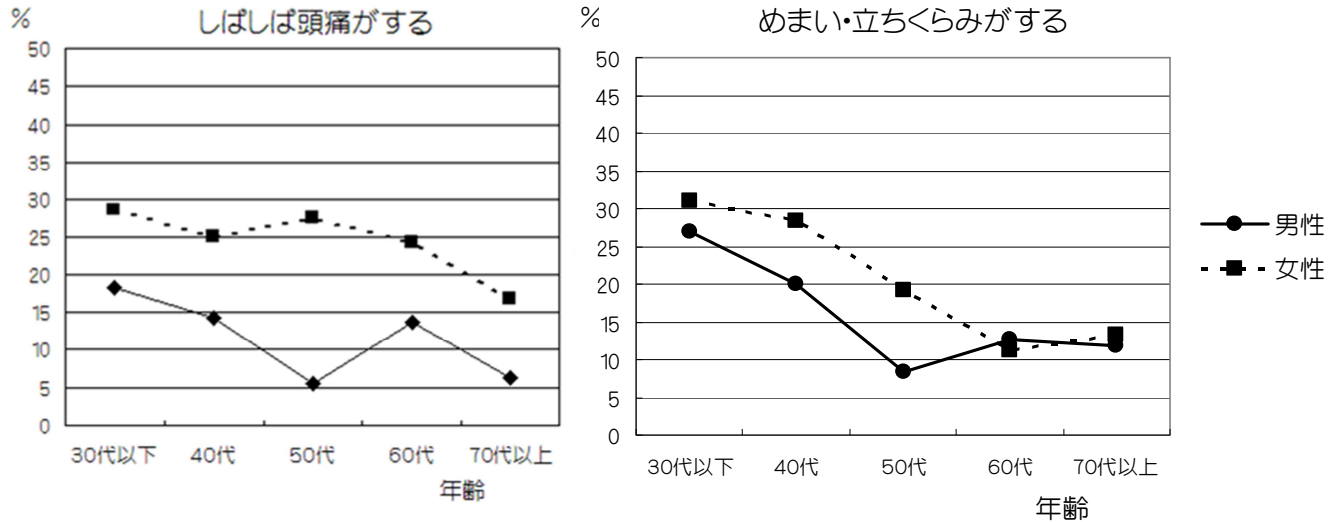
- 漢方治療より西洋医学治療を優先させるべきもの
 - ・器質的な原因があるもの（CT、MRIなどで異常がある）
 - ・危険な徴候を伴うもの
 - ・高血圧などの原因が明らかなもの
- 漢方治療を積極的に行ってよいもの
 - ・西洋医学では原因が特定できないもの
 - ・末梢性めまい
 - ・西洋医学治療で思うように治らないもの

Ⅲ. 長野県旧長谷村における頭痛とめまいの頻度

長野県旧長谷村（伊那市長谷地区）での住民アンケート調査

調査実施日：平成 14 年 11 月

有効回答者数：1,199 名（有効回収率：80.7%）



新井信、他:日本東洋医学雑誌 61(2): 154-168, 2010

Ⅳ. 頭痛とめまいに対する漢方のアプローチ

○末梢性のめまいは“水毒”が多い

○頭痛に対する漢方的なアプローチはさまざまである

1) 誘因

- ・ 雨の日の前日に生じる頭痛 → 水毒 (すいどく)
 - 五苓散[17] (ごれいさん)、半夏白朮天麻湯[37] (はんげびやくじゆつてんまとう)
- ・ 月経周期に一致して生じる頭痛 → 瘀血 (おけつ)
 - 桂枝茯苓丸[25] (けいしぶくりょうがん)、当帰芍薬散[23] (とうきしゃくやくさん)
- ・ 夜間から早朝にかけて生じる頭痛
 - 釣藤散[47] (ちやうとうさん)
- ・ 冷えて誘発される頭痛 → 寒証 (かんしょう)
 - 当帰四逆加呉茱萸生姜湯[38] (とうきしやぎやくかごしゆしやうきやうとう)、
 - 麻黄附子細辛湯[127] (まおうぶしさいしんとう)
- ・ 二日酔いの頭痛 → 水毒 (すいどく)
 - 五苓散[17] (ごれいさん)
- ・ 疲労で増悪する頭痛 → 気虚 (ききょ)
 - 補中益気湯[41] (ほちゆうえつきとう)、十全大補湯[48] (じゅうぜんたいほとう)
- ・ 食事と関連する頭痛 → 脾虚 (ひきょ)
 - 半夏瀉心湯[14] (はんげしゃしんとう)、六君子湯[43] (りっくんしとう)

2) 随伴症状

- ・吐き気 → 呉茱萸湯[31] (ごしゅゆとう)、五苓散[17] (ごれいさん)
- ・肩こり → 芍薬 (しゃくやく)、葛根 (かっこん)、呉茱萸 (ごしゅゆ)
- ・のぼせ、イライラ感
 - 虚証：指で押すと退色するような赤み (紅) → 桂枝 (けいし)
 - 実証：酒に酔ったような充血を伴った赤み (赤) → 黄連 (おうれん)
- ・めまい → 苓桂朮甘湯[39] (りょうけいじゆつかんとう)、半夏白朮天麻湯[37] (はんげびやくじゆつてんまとう)
- ・身体の冷え → 当帰四逆加呉茱萸生姜湯[38] (とうきしやぎやくかごしゅゆしょうきょうとう)
- ・副鼻腔炎 → 葛根湯[1] (かっこんとう)、葛根湯加川芎辛夷[2] (かっこんとうかせんきゅうしんい)

3) 性状

- ・回転性めまい／頭冒感 (帽子を被ったよう) ／景色が流れる感覚 → 水毒 (すいどく)
五苓散[17] (ごれいさん)、半夏白朮天麻湯[37] (はんげびやくじゆつてんまとう) など
- ・凝ったように痛む (緊張性頭痛) → 芍薬 (しゃくやく)、葛根 (かっこん)

4) 部位 (頭痛)

- ・後頸部 → 葛根 (かっこん)
- ・頭皮 (体表面) → 表証
桂枝湯[45] (けいしとう)、麻黄附子細辛湯[127] (まおうぶしさいしんとう)、
桂姜棗草黄辛附湯[エキス剤にはない] (けいきょうそうそうおうしんぶとう)

V. よく用いる漢方薬と使い方

1 めまい

- 末梢性めまいがよい適応である
- 水毒と考えられるので、天気や気圧の変動で悪化することが多い

① 苓桂朮甘湯[39] (りょうけいじゆつかんとう)

めまいの第一選択薬／回転性でも浮遊性でもよい／のぼせを伴う

② 半夏白朮天麻湯[37] (はんげびやくじゆつてんまとう)

胃腸虚弱がある／顔色が悪い／心下振水音 (みぞおちがチャポチャポする)

③ 五苓散[17] (ごれいさん)

水を多く飲みたがり、飲んだ割には尿量が少ない／むくみやすい

2 頭痛

- 頭痛だけでなく、めまいにも応用して考える

1) のぼせ

① 黄連解毒湯[15] (おうれんげどくとう)

丈夫な体格／顔面や頭部の熱感と充血感／拍動性頭痛

② 女神散[67] (にょしんさん)

更年期／自律神経失調症状 (訴えは頭痛とめまいが主体)

③ 苓桂朮甘湯[39] (りょうけいじゆつかんとう)

めまい／のぼせ／頭痛／動悸

④ 桂枝茯苓丸[25] (けいしぶくりょうがん)

月経周期に一致／比較的がっしりした体格／のぼせ

2) 雨の前日の頭痛

① 五苓散[17] (ごれいさん)

水毒に対する代表的処方／浮腫／口渇、尿量減少 (必発ではない)

参考 五苓散の効く頭痛は、次の5通りある

- 1) 雨の前日の頭痛
- 2) 頭冒感' (帽子をかぶったように頭全体がぼーっと痛む)
- 3) 嘔気を伴う頭痛 (片頭痛)
- 4) 三叉神経痛
- 5) 二日酔いの時の頭痛

② 半夏白朮天麻湯[37] (はんげびやくじゆつてんまとう)

胃腸虚弱／体力低下／心下振水音／めまい

3) 嘔気を伴う頭痛

① 呉茱萸湯[31] (ごしゆゆとう)

片頭痛の第一選択薬

参考 次のような順序で起こる頭痛には呉茱萸湯を考える

- 1) 発作時は両肩から後頸部が凝る
- 2) 眼球の奥が痛む
- 3) 頭痛は発作性で反復する
- 4) 激しいときは悪心や嘔吐を伴う

② 五苓散[17] (ごれいさん)

水毒徴候 (浮腫など) / 呉茱萸湯が無効な片頭痛

4) 早朝の頭痛

① 釣藤散[47] (ちようとうさん)

早朝に増悪／頭痛で目が覚める／高血圧や脳動脈硬化がある

5) 体表面の痛み

○三叉神経痛などに応用できる

○しばしば「風が当たると痛む」「髪の毛に触れただけで痛む」などと訴える

① 麻黄附子細辛湯[126] (まおうぶしさいしんとう)

顔色不良／寒がり／低体温など (新陳代謝の低下)

② 桂姜棗草黄辛附湯[エキス劑にはない] (けいきょうそうそうおうしんぶとう)

麻黄附子細辛湯で胃がもたれる／長期服用

桂枝湯[45] (けいとう) と麻黄附子細辛湯[126] (まおうぶしさいしんとう) の併用で代用する