第１９回漢方教室（漢方）

かぜには早めの漢方－冬を元気で乗り越えたい－

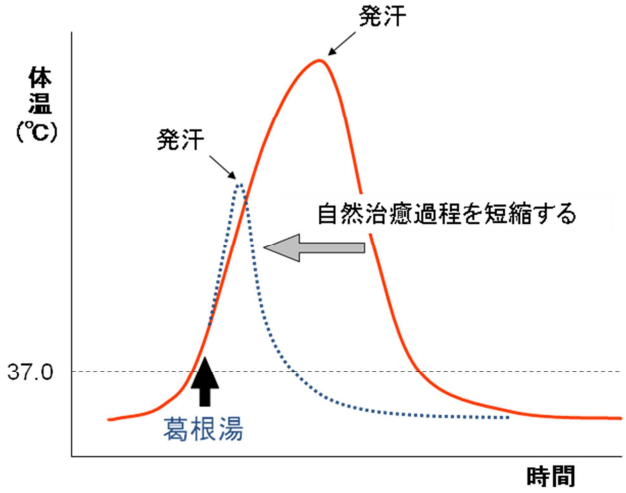
Ⅰ．かぜ症候群の西洋医学的治療

〈一般的な“かぜ”の処方箋〉

Rp）①抗菌薬（ケフラール®、フロモックス®、クラリス®、クラビット®など）
②去痰薬（ムコダイン®、ムコソルバン®など）
③鎮咳薬（リン酸コデイン®、メジコン®など）
④鎮痛解熱薬（バファリン®、ロキソニン®、ポンタール®など）
⑤消炎酵素（ダーゼン®など）
⑥胃腸機能調整薬など（マーズレン®、アルサルミン®、ガスター®など）

Ⅱ．かぜに何故“漢方”なのか？

1　自然治癒過程を短縮する



2　漢方治療は経済的である

〈3 日間の薬剤費の比較〉

Rp1）葛根湯　7.5g 3x
→ 225 円

Rp2）クラビット®(100)　2 錠　2x
ムコソルバン®(15)　3 錠　3x
アルサルミン®　3.0g 3x
ダーゼン®(10)　3 錠　3x
→ 1632 円（漢方治療の 7.3 倍！）

３ 副作用が少ない

○間質性肺炎の発生頻度（対 10 万人）

特発性（原因不明）：2～3 人

小柴胡湯：3～4 人

リウマトレックス®（メソトレキセート）：500～1000 人

Ⅲ．西洋医学が必要なかぜ

○細菌感染が強く疑われる場合 → 抗生物質など

・高熱が続く

・咽や扁桃腺が真っ赤に腫れている

・膿性の痰や鼻汁が多い

・息苦しさや胸苦しさを伴う

○特殊なウイルス感染の場合 → 抗ウイルス薬や隔離など

・インフルエンザやノロウイルス感染症では自己判断で漢方治療を行わない

○全身状態が悪い場合 → 点滴など

・脱水症状がみられる（嘔吐や下痢が続いて食事が取れない、口渇が激しいなど）

・発熱に伴って痙攣や異常行動がみられる

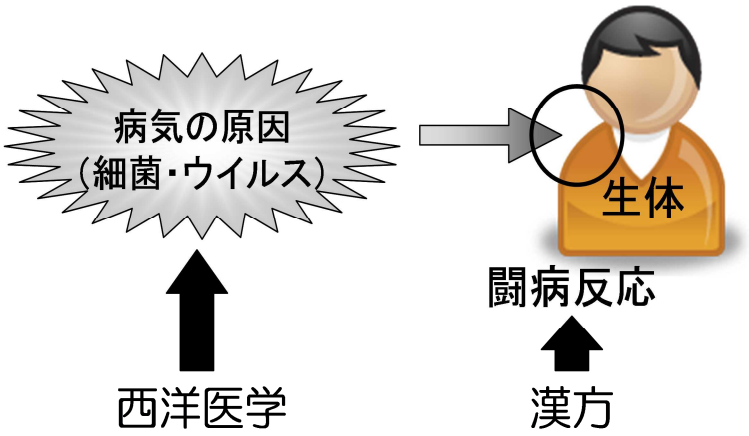
○呼吸器以外の症状を伴う場合 → 精密検査が必要

・他疾患の併発や前駆症状の可能性がある（不整脈、動悸、血便、血尿、痙攣など）

○症状が 1 ヶ月以上長引く場合 → 精密検査が必要

・かぜではない可能性がある（結核、肺癌、膠原病など）

Ⅳ．かぜ症候群における治療のターゲット



<u>治療の本質</u>

西洋医学

→ 細菌やウイルスの除去

漢方

→ 闘病反応の軽減

Ⅴ．年齢で異なるかぜ症状（“陽のかぜ”と“陰のかぜ”）

	陽の状態	陰の状態
病気の本質		
新陳代謝（熱産生）	亢進（熱を作る）	低下（冷える）
臨床症状		
体質（暑がり・寒がり）	暑がり	寒がり
飲食物の好み	冷水を好む	温的刺激を好む
体温	高体温	低体温
顔面の色	顔面紅潮	顔面蒼白
脈の性状	脈は浮いて速い	脈は沈んで遅い
陰陽の傾向		
年齢との関係	若年者に多い	高齢者に多い
体格・体質との関係	体力があるものに多い	虚弱体質者に多い
かぜの場合の見分け方		
自覚症状	熱感が強い（悪寒もある）	悪寒ばかりが強い（熱感がない）
他覚症状	顔面紅潮（上気して顔色が赤い）	顔面蒼白（顔色が悪い）

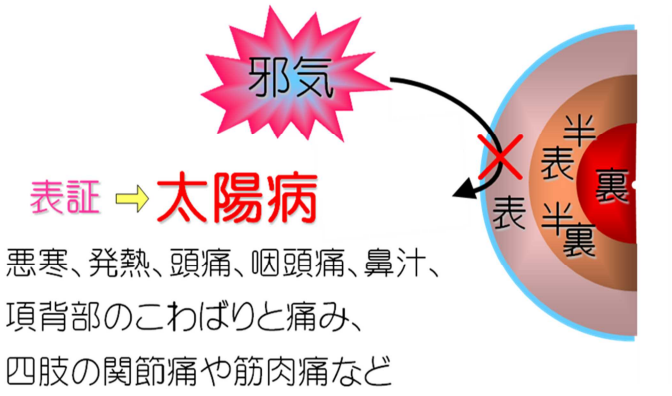
Ⅵ．経過とともに変化するかぜ症状（六病位）

		漢方的病態	主な臨床症状
三陽	太陽病	風邪の引き初めで、症状所見が体表部にとどまっている状態	悪寒、発熱、頭痛、項頭痛、関節痛
	少陽病	風邪をこじらせて、食物の味がまずく、食欲低下した状態	口の苦み・粘り、食欲不振、嘔気、舌白苔、往来寒熱
	陽明病	病変が完全に消化管に移って、高熱が持続する状態	便秘、高熱持続（潮熱）、腹部膨満、口渇
三陰	太陰病	消化管を中心に機能が衰えて、気力体力が低下した状態	下痢、腹痛、全身倦怠感、食欲不振
	少陰病	さまざまな臓腑の機能が低下し、倦怠感が強まった状態	強い全身倦怠感、気力低下、手足の冷え、不消化の下痢
	厥陰病	からだの中心部まで冷えたプレショック的で重篤な状態	意識レベル低下、呼吸困難、持続性下痢、四肢の冷え

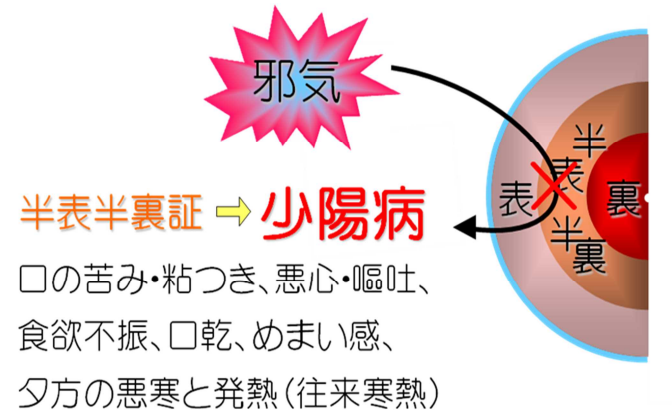
○印：適切に対処すれば自分で治すことができる病位

Ⅶ. 漢方で考える「かぜ」のメカニズム

表：皮膚、皮下組織（浅表筋肉も含む）、頭、四肢、関節、咽頭、鼻
裏：消化管



〈基本処方〉
葛根湯[1]（かっこんとう）



〈基本処方〉
小柴胡湯[9]（しょうさいことう）

Ⅷ. 直中の少陰（じきちゅうのしょういん）

太陽病ではなく、いきなり少陰病で発症するものがある
- 高齢者のかぜ
- 虚弱体質者のかぜ
- ふだんは丈夫でも、大病後などで体力を消耗した時にひくかぜ

麻黄附子細辛湯[127]（まおうぶしさいしんとう）で治療する

Ⅸ. かぜによく使う漢方薬

1　太陽病

かぜのひき始め、体格が丈夫、悪寒と熱感がある、口が苦くない

①**葛根湯**[1]（かっこんとう）

丈夫な体格／悪寒と発熱／鼻づまり／後頚部こり／悪寒するときに発汗がない

②**小青竜湯**[19]（しょうせいりゅうとう）
　くしゃみ／水のような鼻水／アレルギー性鼻炎
③**香蘇散**[70]（こうそさん）
　だるい／元気がない／かぜの引きはじめに倦怠感が強い
④**麻黄湯**[27]（まおうとう）
　乳幼児／全身の関節痛などの激しい症状／喘鳴（ゼーゼー）／インフルエンザ初期

2　少陽病
　こじらせたかぜ、食欲低下、口が苦い、口が粘つく、食べ物の味がまずい、舌白苔
①**小柴胡湯**[9]（しょうさいことう）
　少陽病期の第一選択
②**柴朴湯**[96]（さいぼくとう）
　咳がある／息苦しい／のどに痰が絡まる／咽の違和感

3　少陰病
　顔面蒼白、悪寒が強い、熱感に乏しい
①**麻黄附子細辛湯**[127]（まおうぶしさいしんとう）
　第一選択（悪寒がとても強い）
②**真武湯**[30]（しんぶとう）
　だるい（起き上がれない）／下痢／発熱に比べ手足が冷たい

4　回復期
　病み上がり
①**補中益気湯**[41]（ほちゅうえっきとう）
　倦怠感／体力低下／食欲低下

5　咳と痰
　かぜが長引く場合
1）乾性咳嗽（空咳）
①**麦門冬湯**[29]（ばくもんどうとう）
　咳き込み発作（空咳）／咳で顔面紅潮／気道過敏亢進／咳の最後にゲーっとなる
②**柴朴湯**[96]（さいぼくとう）
　喉へのこだわり（不快感）／息苦しい／喘鳴（ゼーゼー）する／抑うつ気分
③**滋陰降火湯**[93]（じいんこうかとう）
　咽頭部の乾燥／夜間の空咳／高齢者

2）湿性咳嗽（痰を伴う咳）
①**麻杏甘石湯**[55]（まきょうかんせきとう）
　胸から込み上がる痰を伴った咳／激しい喘鳴／頑丈な体格／咳発作時の発汗
②**参蘇飲**[66]（じんそいん）
　元気がない／かぜが遷延して咳や痰がとまらない／夏かぜの第一選択薬

③**竹茹温胆湯**[91]（ちくじょうんたんとう）
　痰の多い咳（特に夜間）／不眠
④**清肺湯**[90]（せいはいとう）
　多量の切れにくい痰／慢性気管支炎／気管支拡張症

X．漢方薬の効果的な用い方

ポイント１
自分にあった漢方薬を見つける
以下の 3 つのタイプが多い！
・**葛根湯**[1]（若者ぞくぞくタイプ）
　若年者・頑丈な体格の人に多い
・**麻黄附子細辛湯**[127]（老人ぞくぞくタイプ）
　高齢者・虚弱体質者に多い
・**香蘇散**[70]（ぐったりタイプ）
　元気のない人、抑うつ的な人、胃腸の弱い人に多い
　（葛根湯や麻黄附子細辛湯で胃腸障害を起こす人には香蘇散を用いる）

ポイント２
早めに服用する
→ 早すぎるくらいのタイミングがよい

ポイント３
しょうが汁にする
(1) 漢方エキス剤を適量の白湯に溶く
(2) 小指頭大の新鮮なしょうがをすり下ろし、その搾り汁を加える
(3) 熱い粥をすする、熱いうどんを食べる、布団にくるまる、などして発汗を促す」

ポイント４
早く寝る