第43回漢方教室(漢方)

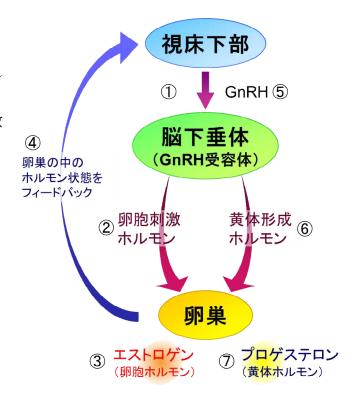
月経トラブルは漢方におまかせー月経痛や月経不順で悩まないー

I. 月経トラブルの頻度

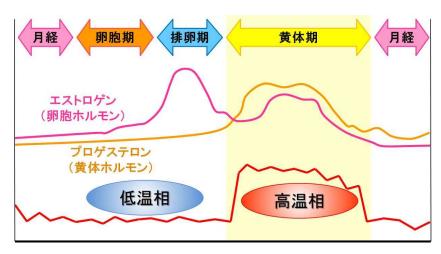
- 女性特有のイベント
 初潮 → 月経 → 妊娠 → 出産 → 授乳 → 更年期 → 閉経
- 2 月経痛の頻度
 - 1) 月経痛の程度(学生アンケート調査)(++) 15%、(+) 34%女子学生の約半数がかなり強い月経痛に悩んでいる!
- 2) 働く女性に健康に関する実態調査(厚生労働省、2004年) かなりひどい 2.8%、ひどい 25.8% 働く女性の 3 人に 1 人が月経痛に悩んでいる!
- 3) 漢方外来を受診する若年女性の初診時主訴 月経不順 7%、月経痛 6% 月経痛や月経不順で受診する若い女性は全体の 13%である!

Ⅱ. 月経トラブルと病気

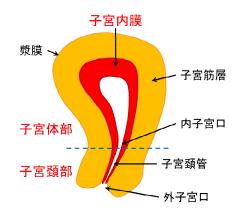
- 1 月経が起こるメカニズム
 - ①視床下部から GnRH (性腺刺激ホルモン 放出ホルモン) が放出される
 - ②GnRH により脳下垂体前葉から卵巣刺激 ホルモンが放出される
 - ③卵巣からエストロゲン (卵胞ホルモン) が分泌される
 - ④視床下部で血液中のエストロゲン濃度を 検知して GnRH 分泌量を調整する (フィードバック)
 - ⑤続いて脳下垂体から黄体形成ホルモンが 放出される
 - ⑥黄体形成ホルモンは卵巣からプロゲステロン(黄体ホルモン)分泌を促す



2 女性ホルモンの変動と月経周期

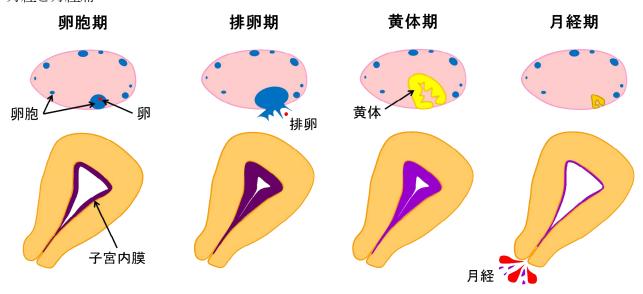


3 子宮の構造



- ・子宮は女性の膣の奥にあり、妊娠の時に受精卵が着床し、 胎児に育つまでの間の入れ物になる器官である
- ・卵巣、子宮腔、子宮内膜、卵巣などのある「<mark>子宮体部</mark>」と、 子宮体部と膣を結ぶ区間である「<mark>子宮頚部</mark>」の大きく二つ に分けられる

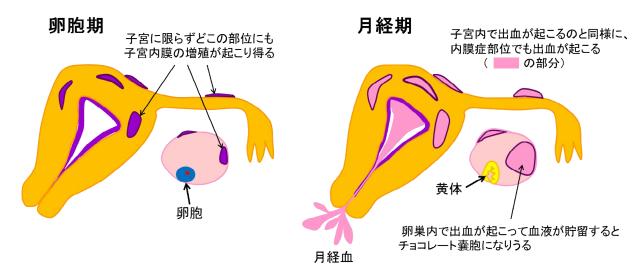
4 月経と月経痛



- ・月経とは子宮内膜の脱落で生じる
- ・月経痛は子宮内膜が脱落するときにプロスタグランジンの作用で子宮が収縮する痛みである

5 激しい月経痛を起こす病気

- 1) 子宮内膜症
- (1)子宮内膜症とは
 - ・子宮外に転移した子宮内膜が月経時に出血を起こすため、周囲組織と癒着を起こして激しい 痛みを生じる



(2)子宮内膜症の特徴と症状

【特徴】

- ・20~40 台の女性に好発する
- ・不妊原因になることが多い

【症状】

- 痛みは月経が繰り返されるたびにだんだんひどくなる
- ・月経時でなくても下腹部に痛みや違和感があったり、腰痛や股関節痛などが起こったりする 場合もある
- ・性交時に腟の奥のほうが痛むことがある (子宮と直腸のあいだのダグラス窩に病変があると性交痛の原因になる)
- ・排便のときに肛門の奥に痛みを感じることがある
- ・肺に転移すれば月経周期にあわせて吐血することがある

2) 子宮腺筋症

- (1)子宮腺筋症とは
 - ・通常であれば子宮内にある子宮内膜が何らかの原因で子宮の筋層の中へ入り込んでいく病気
 - ・子宮内膜組織が子宮以外で発育するものは子宮内膜症と呼ばれ、子宮腺筋症とは区別される が、しばしば同時におこる
 - ・子宮筋腫とも合併しやすい
 - ・発症年齢は30代後半から50代前半に起こる

- (2)子宮腺筋症で出現しやすい症状
 - ・子宮自体の肥大化により月経痛がひどくなる
 - ・出血量が多くなり、貧血の症状が出る
 - ・月経時以外でも下腹部痛や性交痛などがある
 - ・不妊症を合併することもある

3) 子宮筋腫

- (1)子宮筋腫の特徴
 - ・良性の腫瘍で、それ自体が生命を脅かすものではない
 - ・放置すると 10kg を超えるような大きさまでになることもある
 - ・女性ホルモンによって筋腫が大きくなるが、逆に閉経後には小さくなる
 - 複数個できることが多く、数や大きさはさまざまである。
 - ・大きさやできた場所によって現れる症状が違ってくる
 - ・まれではあるが、悪性の子宮肉腫と鑑別が必要である
- (2)子宮筋腫で出現しやすい症状
 - ・下腹部にしこりを触れたり、おなかに圧迫感を感じたりする
 - ・尿が近い、便秘になる、腰痛が起こる (子宮筋腫が成長して膀胱や直腸や骨盤神経を圧迫することで症状が出現する)
 - 月経が長引く
 - ・月経血が多くなり、これまでになかった血の塊を混じるようになる (貧血となり、その結果として時に動悸、息切れ、めまいなどを起こすことがある)
 - ・子宮筋腫が小さいときは無症状であることが多い

6 月経不順とは

- 1) 月経不順とは
 - ・月経周期が24日以内(頻発月経)、もしくは39日以上(稀発月経)で起きる場合、あるいは周期が25~38日であっても、毎月不規則(±2日)となる場合をいう
 - ・黄体期はほとんどの人が 14 日前後と決まっているので、ほとんどの月経不順は卵胞期の変動で起こる
- 2) 月経不順の原因
- (1)身体的・精神的なストレス
 - ・女性ホルモンの分泌指令を出す脳の視床下部の機能が低下してホルモン不足に陥る
- (2)やせ過ぎ・太り過ぎ
 - ・ダイエットなどで栄養不足になると脳の視床下部の働きが鈍るため、ホルモンのバランスが 崩れてしまう
 - ・太り過ぎると皮下脂肪からも女性ホルモンが分泌され、過剰になってしまうことで、卵巣の 機能が弱まる

(3)プロラクチンの分泌過多

- ・乳汁分泌を促進するホルモン "プロラクチン" は排卵を抑制する働きがある
- ・下垂体腫瘍や薬物などで生じるとこがある
- (4)甲状腺異常
 - ・甲状腺ホルモンの分泌異常で卵巣機能が影響を受ける
- (5)日常生活の乱れ
 - ・睡眠不足や栄養バランスの崩れた食事、運動不足、体の冷えなどが体内のホルモンバランス を乱す

Ⅲ. 漢方にみる性差医療

- 1 女性の一生
 - (7才)女子七歳にして腎気盛んに、歯更わり、髪長ず。
 - (14才) 二七にして天癸至り、任脈通じ、大衝の脈盛にして、月事時を以て下る、故に子あり。
 - (21才) 三七にして腎気平均す。故に真牙生じて長く極まる。
 - (28才) 四七にして筋骨堅く、髪長く極まり、身体盛壮なり。
 - (35才) 五七にして陽明の脈衰え、面始めて焦れ、髪堕つ。
 - (42才) 六七にして三陽の脈上に衰え、面は皆焦れ、髪始めて白し。
 - (49才) 七七にして任脈虚し、太衝の脈は衰少し、天癸竭き、地道通ぜず、故に形壊れて子なきなり。

『黄帝内経』素問・上古天真論篇

天癸 (てんき): 生殖機能の成熟を促す物質であり、 腎気と密接な関係がある

地道 (ちどう) :月経のこと

2 漢方にみる性差医療

婦人ノ病、外感内傷共二男子ノ病二不異。只、月經アルヲ以テ、 其品、種々二別アリ。婦人ノ病ヲ治セハ、先ツ月經ノ事ヲ能ク 問テ、治ヲ施スベキ也。

『牛山先生活套』 (巻之下)



香月牛山 (1656-1740)

Ⅳ. 漢方では月経トラブルをどのように捉えるか

1 人体を巡る3つの要素

気:生命活動を営む根源的エネルギー 血:生体を物質的に支える赤色の液体 水:生体を物質的に支える無色の液体

2 気血水の失調と病気

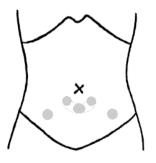
	漢方的病態	臨床症状
気	気虚 (ききょ)	疲れやすい/だるい/寝汗
	気鬱 (きうつ)	咽がつまる感じがする/息苦しい/抑うつ/不安感/不眠
	気逆 (きぎゃく)	イライラする/のぼせる/顔面紅潮
ım	血虚 (けっきょ)	貧血/皮膚枯燥(カサカサ)
	瘀血 (おけつ)	月経異常/月経関連症状/あざ/痔
水	水毒 (すいとく)	口渇/尿量異常/発汗異常/浮腫/めまい/頭痛(雨の前日)

3 瘀血について

- 1) 瘀血とは
 - ・ふだんはスムーズに流れている血が、何らかの原因で滞ってしまった状態である
 - ・停滞した血(瘀血)は血の役割を果たさずに、かえって有害なものとなる
 - ・女性では月経の障害時に見られることが多い
- 2) 瘀血と考えられる症状
 - ◎女性、月経に関するもの
 - 月経異常(月経不順、無月経、過多月経、寡少月経、月経困難など)
 - ・不妊、流産癖、帯下など
 - ・月経周期に一致した異常(月経前緊張症、にきびなど)
 - ○血液、血管に関するもの
 - ・出血傾向(下血、子宮出血、鼻出血、歯ぐき出血、皮下粘膜下出血など)
 - ・皮膚粘膜のうっ血/暗紫色化
 - · 毛細血管拡張 (細絡)
 - 舌下静脈怒張
 - 痔疾
 - ○血流に関するもの
 - ・冷え (末梢血流障害)
 - 肩こり
 - 腰痛
 - ○皮膚、粘膜に関するもの
 - ・皮下出血(あざができやすい体質、打撲など)
 - ・皮膚がくすんで浅黒い、さめ膚
 - 目のくま
 - ・舌、口唇、歯肉などの紫~暗赤色化

◎腹証

- 下腹部の抵抗と圧痛
- ・下腹部全体の腹壁が硬く膨隆気味(小腹鞕満)



- 3) 瘀血でみられる身体所見
 - 皮下出血
 - ・舌下の静脈怒張
 - 口唇暗紫色化
 - 下腹部圧痛

4) 瘀血スコア

	男	女		男	女
眼輪部の色素沈着	10	10	臍傍圧痛抵抗 左	5	5
顔面の色素沈着	2	2	臍傍圧痛抵抗 右	10	10
皮膚の甲錯	2	5	臍傍圧痛抵抗 正中	5	5
口唇の暗赤化	2	2	回盲部圧痛·抵抗	5	2
歯肉の暗赤化	10	5	S状部圧痛•抵抗	5	5
舌の暗赤紫化	10	10	季肋部圧痛·抵抗	5	5
細絡	5	5			
皮下溢血	2	10	痔疾	10	5
手掌紅斑	2	5	月経障害		10

寺澤捷年『症例から学ぶ和漢診療学』より引用

20 点以下非瘀血状態21 点以上瘀血状態40 点以上重症瘀血状態軽度なものには 1/2 を与える

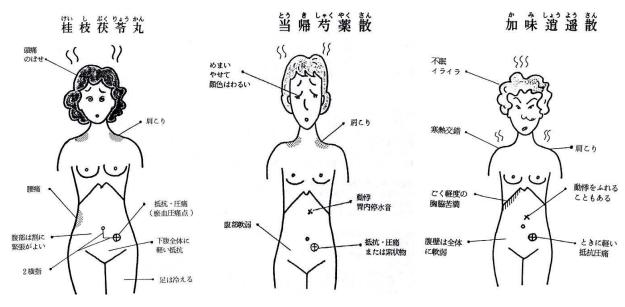
Ⅴ. 月経トラブルに頻用する漢方薬

- 1 瘀血を改善する生薬と代表的処方
- 1)婦人科3大漢方処方とは

当帰芍薬散[23] (とうきしゃくやくさん) 加味逍遥散[24] (かみしょうようさん) 桂枝茯苓丸[25] (けいしぶくりょうがん)

2) 婦人科3大漢方処方の使い分けのポイント

	桂枝茯苓丸	当帰芍薬散	加味逍遥散
イメージ	赤ら顔でがっしりした女性	色白で細身の美人	訴えの多い中年女性
体格	がっしりタイプ	華奢で弱々しい	やや華奢な感じ
年齡	さまざま	若年	中年(更年期)
顔色	赤い	蒼白い	一定しない
のぼせ	冷えのぼせ	ない	発作性のぼせ
冷え	冷えのぼせ	強い	あり
自律神経症状	多少ある	あまりない	多彩で移り変わる
下腹部圧痛	強い	あまりない	中間
胃腸	丈夫	比較的虚弱	
月経:周期	早い傾向	遅れる傾向	遅れる傾向
皇	多い/血塊あり/色が濃い	少ない/色が薄い	
痛み	月経発来前から1~2日目	期間全体に鈍痛	
		月経終了近くに増悪	
その他		むくみ/めまい	不眠/イライラ



高山宏世『漢方常用處方解説』(三考塾叢刊)

2 月経トラブルに用いるその他の処方

- ①温経湯[106] (うんけいとう) 口唇乾燥/手掌煩熱(ほてり)/下腹部の冷え(触れると冷たい)
- ②当帰建中湯[123] (とうきけんちゅうとう) 虚弱な体格/胃腸虚弱/月経時に下痢、便秘、腹痛をおこす/冷え性
- ③当帰四逆加呉茱萸生姜湯[38] (とうきしぎゃくかごしゅゆしょうきょうとう) 手足の強い冷え/しもやけ/冷えると腹痛をおこす
- ④桃核承気湯[61] (とうかくじょうきとう) 便秘/のぼせ/月経に一致した精神症状(興奮や抑うつなど)
- ⑤抑肝散[54] (よくかんさん) 攻撃的性格(いらいら・怒りっぽい)/顔面痙攣・チック/動悸/不眠
- ⑥女神散[67] (にょしんさん) 更年期症状(のぼせ・めまい) /比較的がっしりした体格
- ⑦芎帰膠艾湯[77] (きゅうききょうがいとう) 虚弱な体格/月経が長引く/冷え症
- ⑧半夏厚朴湯[16] (はんげこうぼくとう) ストレスによる無月経(当帰芍薬散と併用)/咽喉頭異物感/呼吸困難感/不安