第５４回漢方教室（漢方）

女性の不定愁訴に漢方を－からだの不調を何とかしたい－

Ⅰ．漢方では女性の病気をどのように捉えるか
～血の巡り「瘀血」の考え方～

１　女性の一生

女子七歳腎気盛．歯更髪長．
二七而天癸至．任脈通．太衝脈盛．月事以時下．故有子．
三七腎気平均、故眞牙生而長極．
四七筋骨堅．髪長極．身體盛壮．
五七陽明脉衰．面始焦．髪始墮．
六七三陽脉衰於上．面皆焦．髪始白．
七七任脉虚．太衝脉衰少．天癸竭．地道不通．故形壊而無子也．

（出典:『黄帝内経・素問』上古天真論篇）

２　気血水

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い液体
水：生体を物質的に支える無色の液体

	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
血	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（すいどく）	口渇／尿量異常／発汗異常／浮腫／めまい／頭痛（雨の前日）

２）血の失調とその治療

漢方用語	漢方的病態	臨 床 症 状	代表的処方
血虚	血が量的に不足した病態	貧血、貧血様症状（めまい等） 栄養状態悪化 皮膚乾燥、色素沈着 易疲労、疲労倦怠 （臨床では気虚血虚を呈する）	（血虚・水毒） 当帰芍薬散 （気虚血虚） 十全大補湯
瘀血	血の流れが滞った病態	月経異常（月経痛・月経不順） 月経に一致して増悪する症状 下腹部の圧痛・抵抗・膨満 紫斑、出血傾向 皮膚粘膜の鬱血・暗紫色化	（基本処方） 桂枝茯苓丸 （便秘） 桃核承気湯

★「血虚」と「瘀血」は臨床では明確に区別できないこともある。

３ 女性に多い瘀血とは

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

(1) 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）

(2) 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

(3) 血流に関するもの
- 冷え（末梢血流障害）・肩こり ・腰痛

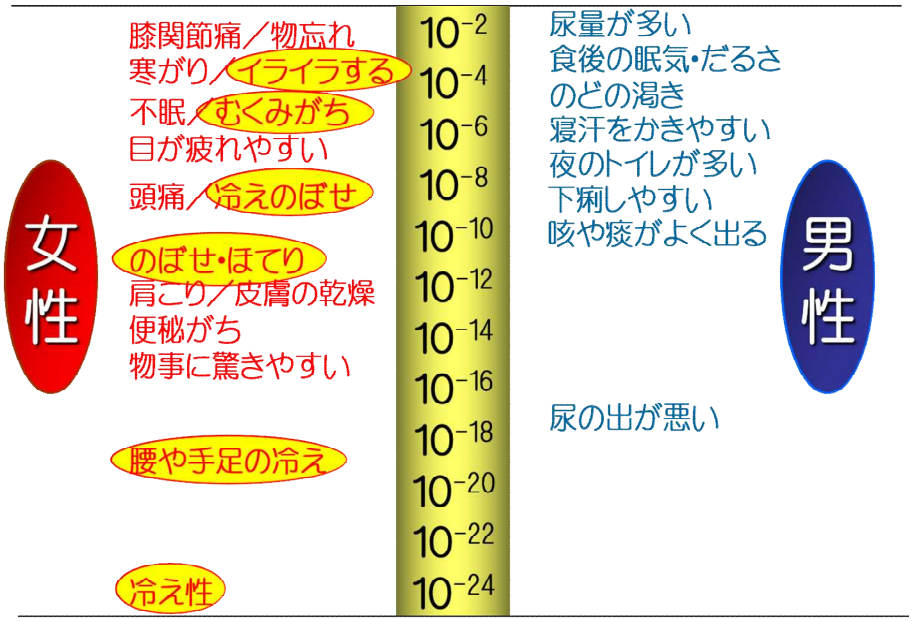
(4) 皮膚、粘膜に関するもの
- 皮下出血（あざができやすい体質、打撲など）・皮膚がくすんで浅黒い、さめ膚
- 目のくま ・舌、口唇、歯肉などの紫～暗赤色化

(5) 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）

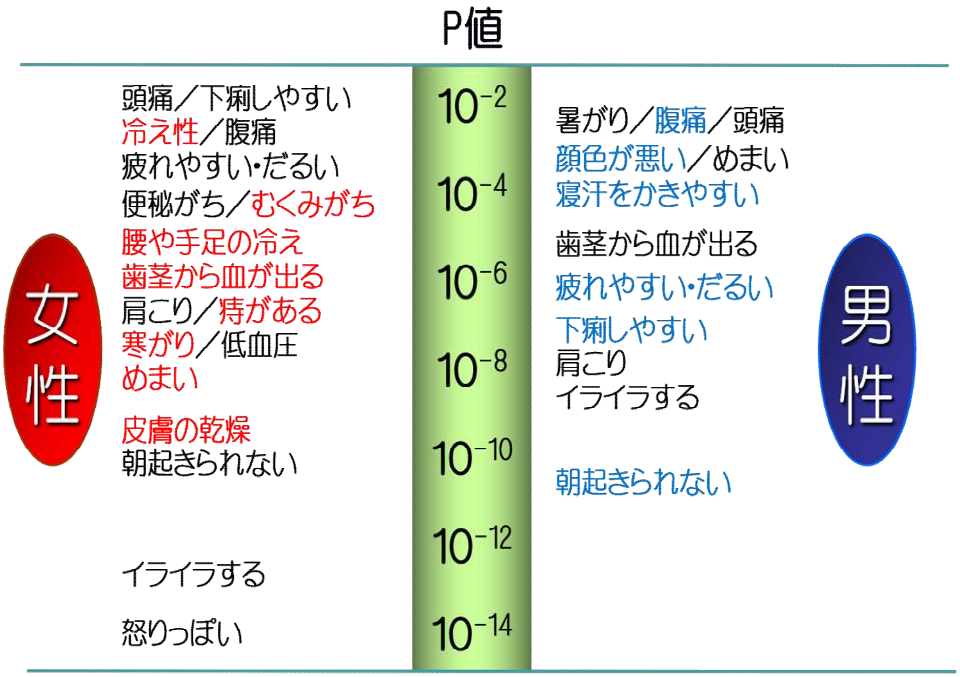
３）瘀血でみられる身体所見
- 皮下出血 ・舌下の静脈怒張 ・口唇暗紫色化 ・下腹部圧痛

Ⅱ．女性に多い症状

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
調査年月日：平成 14 年 11 月
有効回答者数：1,199 名（有効回収率：80.7%）
高齢化率：39.1%



出現に性差がある症状

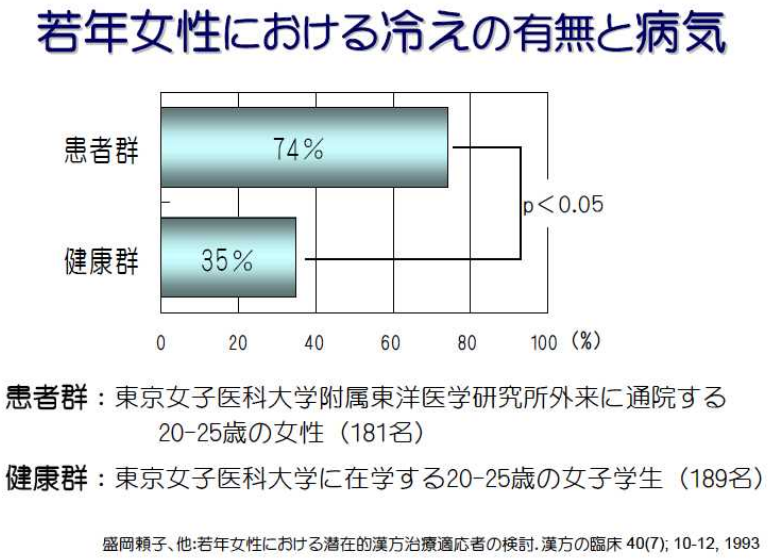


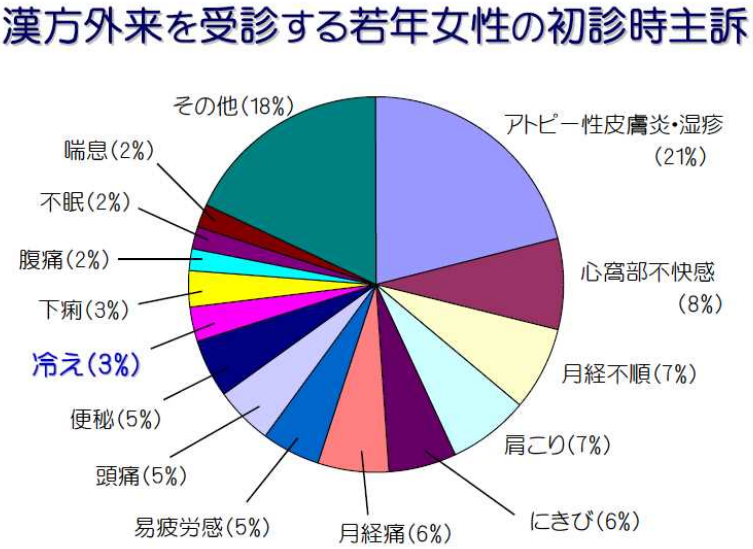
若年者優位に出現する症状

Ⅲ．女性に多い不定愁訴の漢方治療

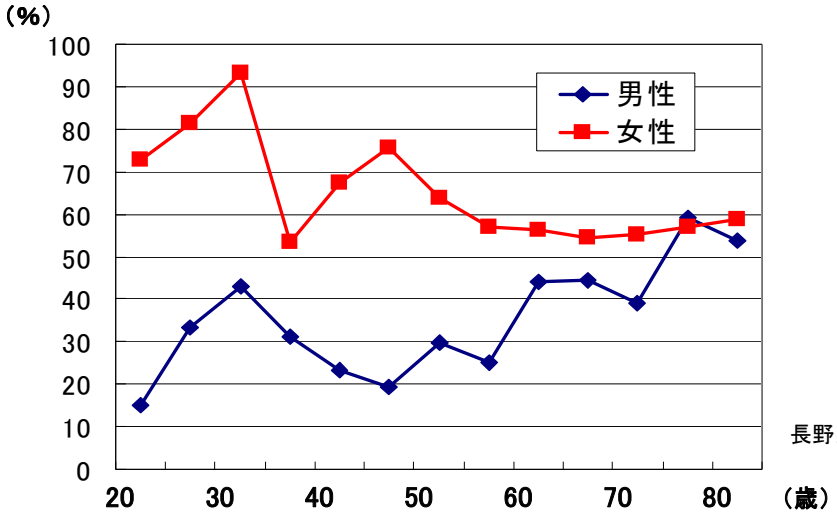
１ 冷え

１）女性における冷えと病気





2）性により出現年齢に差がある症状

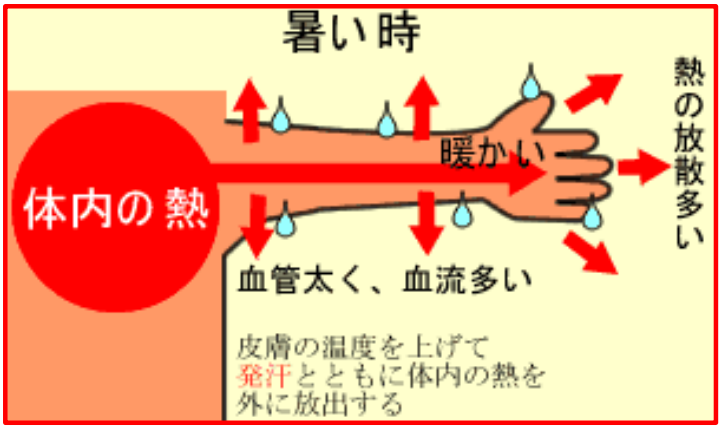


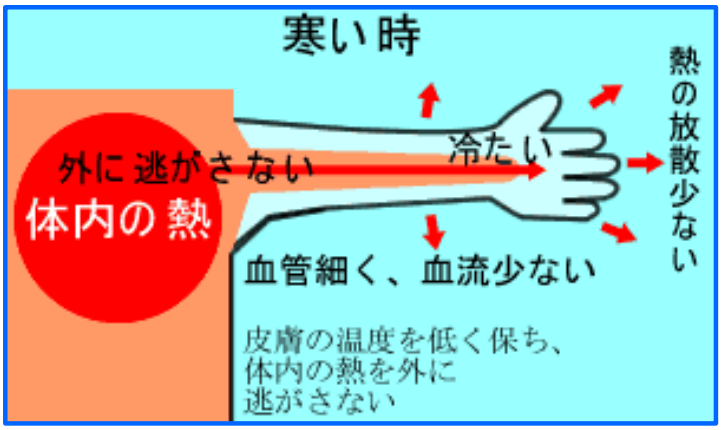
長野県旧長谷村におけるフィールド調査より

『腰や手足が冷える』と訴える人の性差と年齢差

3）若年者と高齢者では冷えのメカニズムが違う

<u>若年者</u>（自律神経系が正常な場合）



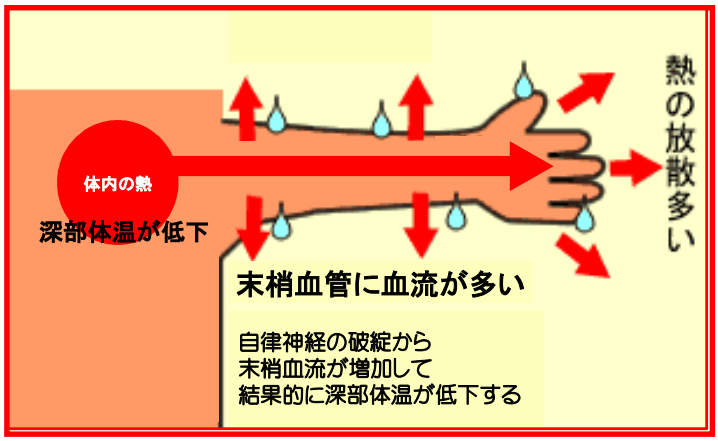


人間が生命活動を行う

→ 深部体温を保つことが最も重要

→ 末梢血管を収縮して血流を減らす（自律神経系が正常に作動）

高齢者



寒冷に暴露
→ 末梢血管収縮が不十分
→ ラジエター作用で深部体温低下

4）冷えの２大原因と治療
若者の冷え　→ 末梢循環障害（当帰、川芎）
高齢者の冷え → 新陳代謝低下（附子）

5）冷えの漢方治療
(1)手足を中心とした「冷え」 → 末梢循環障害
①**当帰四逆加呉茱萸生姜湯**（とうきしぎゃくかごしゅゆしょうきょうとう）
〈処方のポイント〉
末梢循環障害（四肢厥冷）／しもやけ（紫雲膏を併用）／強い身体の冷え
〈特殊な使用法〉
寒疝（寒冷暴露で増悪する下腹痛）／バネ指
②**当帰芍薬散**（とうきしゃくやくさん）
〈処方のポイント〉
虚弱な若年女性／冷え／水毒（浮腫、めまい）
〈特徴〉
手足の冷えと浮腫が中心症状で、自律神経症状や精神症状はあまり目立たない。
③**温経湯**（うんけいとう）
〈処方のポイント〉
月経困難症（虚弱体質）
当帰芍薬散に似るが･･･　下腹部圧痛（瘀血）／のぼせ／浮腫(-)
下腹部冷え
〈古典的三大徴候〉
ⅰ)月経障害　ⅱ)口唇乾燥　ⅲ)手掌煩熱

④**桂枝茯苓丸**（けいしぶくりょうがん）

〈処方のポイント〉

体力充実（実証）／冷えのぼせ／瘀血症状が強い

〈特徴〉

加味逍遥散に比べ、体格が頑丈で、冷えのぼせが強く、下腹部圧痛が明らかである。

⑤**加味逍遥散**（かみしょうようさん）

〈処方のポイント〉

中年女性／多愁訴（心気症）／ホットフラッシュ

〈特徴〉

更年期症状、特にホットフラッシュに対する第一選択薬である。

加味逍遥散：中枢性ホットフラッシュ

桂枝茯苓丸：末梢性ホットフラッシュ

(2) 全身の「冷え」 → 新陳代謝低下（陰証）

①**真武湯**（しんぶとう）

〈処方のポイント〉

顔色不良／全身倦怠感／下痢傾向

②**麻黄附子細辛湯**（まおうぶしさいしんとう）

〈処方のポイント〉

強い悪寒／顔色不良／高齢者の感冒初期

③**八味地黄丸**（はちみじおうがん）

〈処方のポイント〉

加齢に伴う諸症状（腰痛／下肢痛／下肢冷え／夜間頻尿など）

(3) 特殊な冷え（寒疝）

・寒冷刺激で誘発あるいは増悪する下腹部の疝痛を伴うさまざまな症状

→ 下腹部痛、腰痛、めまい、頭痛、動悸、歩行困難、発熱、出血、冷や汗など

・いずれの症状も寒冷暴露（クーラーの冷気など）で誘発されることが特徴！

・スーパーマーケットの冷凍食品売り場や生鮮食品売り場に行けない！

・コンビニのおでん売り場に行けても、アイスクリーム売り場には行けない！

①**当帰四逆加呉茱萸生姜湯**（とうきしぎゃくかごしゅゆしょうきょうとう）：第一選択薬

2 めまいと浮腫

①**五苓散**（ごれいさん）

〈処方のポイント〉

口渇、尿量減少／浮腫

その他

車酔い／雨の前日の頭痛／二日酔いの頭痛／噴水状嘔吐（水逆）

〈特徴〉

水毒の代表的な処方

飲水量に比べて尿量が少ないもの

②**当帰芍薬散**（とうきしゃくやくさん）

〈処方のポイント〉

虚弱な若年女性／冷え／水毒（浮腫、めまい、頭痛）

〈特徴〉

末梢血流改善（血虚）と水分代謝改善（水毒）に対する作用をあわせもつ。

③**苓桂朮甘湯**（りょうけいじゅつかんとう）

〈処方のポイント〉

末梢性めまい（回転性でも非回転性でもよい）／冷えのぼせ

〈特徴〉

末梢性めまいの第一選択薬

④**半夏白朮天麻湯**（はんげびゃくじゅつてんまとう）

〈処方のポイント〉

末梢性めまい（非回転性めまいであることが多い）／消化管機能低下／疲れやすい／のぼせはない

〈特徴〉

補中益気湯の類縁処方（気虚）であり、めまいの背景に胃腸虚弱とエネルギー不足がある。

⑤**防已黄耆湯**（ぼういおうぎとう）

〈処方のポイント〉

水太り／膝関節痛（変形性膝関節症）／多汗／下腿浮腫

〈特徴〉

変形性膝関節症の第一選択薬。

若い頃に痩せていた女性が中年になって急に太ったときに特に有効である。

3 イライラ

①**加味逍遥散**（かみしょうようさん）

〈処方のポイント〉

中年女性／多愁訴（心気症）／ホットフラッシュ

〈特徴〉

更年期症状、特にホットフラッシュに対する第一選択薬である。

月経前症候群などの月経周期に一致したイライラに頻用する。

②**女神散**（にょしんさん）

〈処方のポイント〉

中年女性／のぼせ／みぞおちの張り（心下痞鞕）／頑丈な体格

〈特徴〉

訴えが多彩なことは加味逍遥散に似ているが、心窩部が張って、常にのぼせや頭痛を訴える。（黄連黄芩剤）

③**抑肝散**（よくかんさん）

〈処方のポイント〉

攻撃的性格（怒りの感情）／筋肉痙攣（チック様）／興奮

〈特徴〉

イライラの対象は加味逍遥散では身内（ご主人まで）に止まるが、それを超えて第三者に向くと抑肝散である。