

第 76 回漢方教室

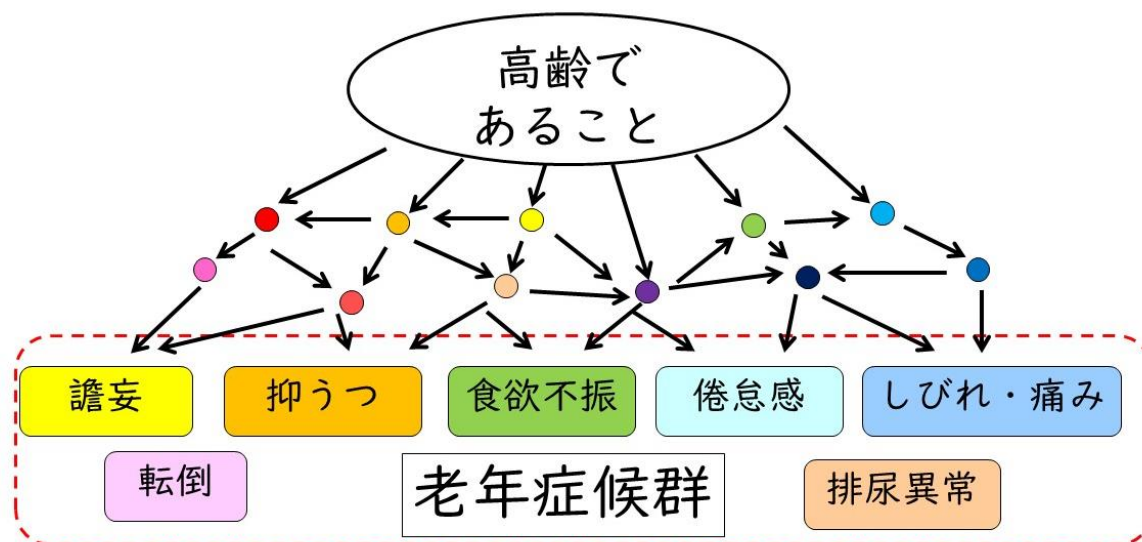
2025 年 7 月 19 日 松前記念講堂

東海大学医学部医学科専門診療学系漢方医学領域・教授 野上達也

I. 老年期症候群と漢方

老年期症候群とは、高齢者に多くみられる様々な症候の集合体を指します。譫妄、抑うつ、食欲不振、しびれ・痛み、倦怠感、転倒、排尿異常などが含まれ、高齢であること自体が大きな危険因子です。これらの症候に対して、漢方医学は有用な選択肢となることがあります。

老年症候群 高齢であることに強い関連をもつ病気の集合体



大蔵暢, 老年症候群の診察室(朝日選書) 参考

II. フレイルと「気虚」

日本老年医学会は 2014 年に「フレイル」という概念を提唱し、これは健康と要介護の中間的な状態を表しています。多くの高齢者は、筋力低下（サルコペニア）を経て、身体機能全般が衰える「フレイル」に移行しますが、適切な介入により機能を回復させることが可能です。

フレイルの診断基準としては、①握力低下、②活動量の減少、③歩行速度の低下、④疲労感、⑤体重減少が挙げられ、3 項目以上該当する場合にフレイルと診断します。

漢方医学ではこの状態を「気虚」、特に「腎虚」と関連づけ、気虚に伴う精神的・身体的活力の低下として捉えます。

III. ジャパン・フレイル・スコア

漢方では、フレイルの状態を生命エネルギーの低下を示す「気虚（ききょ）」、特に加齢と深く関わる「腎虚（じんきょ）」として捉えます。「腎虚」の症状には、足腰の衰え、頻尿、耳鳴り、物忘れなどがあり、フレイルの指標と重なります。大阪大学の萩原らはこの点に注目して、ジャパン・フレイル・

Q1 夜間頻尿			スコアを作成しました。
一晩に何回トイレに行きますか？	0 →	なし	
	1 →	1回	
	2 →	2回以上	
Q2 腰痛			スコアを作成しました。
腰痛がありますか？	0 →	なし	
	1 →	ときどき	
	2 →	いつも	
Q3 下肢の冷え			スコアを作成しました。
下肢の冷えを感じますか？	0 →	なし	
	1 →	ときどき	
	2 →	いつも	
Q4 身体のだるさ			スコアを作成しました。
身体のだるさを感じますか？	0 →	なし	
	2 →	ときどき	
	4 →	いつも	
Q5 年齢			スコアを作成しました。
おいくつですか？	0 →	75歳未満	
	1 →	75歳以上	
JFS = Q1 + Q2 + Q3 + Q4 + Q5 ≥ 4 ⇒ プレフレイルまたはフレイル			

IV. 八味地黄丸と牛車腎気丸

加齢に伴う諸症状（腎虚）に対しては、八味地黄丸が伝統的に用いられてきました。腰痛、夜間頻尿、下肢のしびれ、むくみ、精力減退などに対して汎用されます。八味地黄丸は地黄を中心に 8 種の生薬で構成され、腎虚の改善を目指します。

さらに、八味地黄丸に牛膝・車前子を加えた牛車腎気丸は、利尿作用や消炎作用を強化し、むくみやしびれが強い場合に適応されます。

基礎研究では、老化促進マウスの筋萎縮（サルコペニア）を抑制する作用も報告されており、加齢による運動機能低下に対するエビデンスが示されています。

V. 抑肝散

抑肝散は、精神活動の不安定さ（イライラ、興奮、不安、不眠）に加え、筋肉の痙攣やピクつき、足のつりなどを伴う場合に処方されます。古典的には「肝経の虚熱」による発作を抑える目的で使われてきました。

近年では認知症における BPSD（行動・心理症状）の改善に注目されています。無作為化比較試験で、興奮、幻覚、攻撃性のスコアを有意に改善した報告があり、日常生活動作（ADL）の改善にも寄与する可能性が示されています。

VI. 加味帰脾湯

加味帰脾湯は、加味された帰脾湯として、ストレス耐性の低下や心身疲労、不安、不眠、抑うつなどに用いられます。さらに、のぼせ感や体熱感、食欲不振、皮膚乾燥や脱毛といった多様な愁訴にも対応できる処方です。

認知症患者に対しては、ポジティブな感情（歓喜的情動）の保持や、BPSD の改善効果を認める臨床研究が報告されています。加味帰脾湯群は NPI スコアを有意に改善し、DEI（Delightful Emotional Index）スコアでも改善を示しました。

VII. 半夏厚朴湯

半夏厚朴湯は「気滞」の代表的処方で、咽頭の異物感、胸苦しさ、息苦しさ、不安感などの訴えに用いられます。多彩な身体愁訴を訴える患者において、器質的疾患が否定された場合に適応が広い処方です。

実際に、繰り返す救急搬送の患者で心因性の胸部不快感に対して半夏厚朴湯を投与し、症状が改善した臨床例も紹介します。

また、高齢者における誤嚥性肺炎のリスク低減などの報告もあり、今後さらにエビデンスの集積が期待されます。

VIII. 高齢者に漢方を使うときの注意点

漢方薬は比較的安全とされていますが、高齢者では副作用が出やすいため注意が必要です。特に以下の生薬を含む処方では、定期的な観察が重要です。

- 甘草（かんぞう）：偽アルドステロン症（むくみ、高血圧、低カリウム血症）、フロセミドとの併用に注意
- 黄芩（おうごん）：間質性肺炎、肝機能障害
- 山梔子（さんしし）：長期服用による腸間膜静脈硬化症

- 附子（ぶし）、麻黄（まおう）：動悸、血圧上昇

XI. まとめ

老年期症候群の様々な症状に対して、漢方医学を活用して対応することで、フレイルの予防や認知症のBPSDの軽減、誤嚥性肺炎の予防や、不安症状の軽減などの効果が得られる可能性があります。副作用に注意を払いながら漢方薬を用いることは高齢化社会を迎えている日本を元気にするために大変に有意義であると考えています。