

初めての漢方薬 ～使いやすい漢方薬と、その使用法～

Question

内科医です。今度、初めて漢方薬を使ってみたいと思います。使いやすい漢方薬を7～8種類ほど、その使用法のコツ、使用上の注意などを教えてください。

ポイント！

- ・内科系でお勧めの漢方薬は以下の通り！

表 使いやすい漢方薬

六君子湯	機能的胃腸症・食後愁訴症候群に用いる。胃もたれ、食欲低下を訴え、やや痩せて胃下垂、心窩部拍水音のあることを目安にする。胃食道逆流症にも有用な可能性がある。
半夏瀉心湯	機能的胃腸症で、上腹部つかえ感、胃もたれを訴えるときに用いる。体格中等度以上が適応。過敏性腸症候群・下痢型、胃食道逆流症にも有用。
大建中湯	下部消化管運動機能低下によるガス貯留、腹部膨満に用いる。腹部手術後の腸管麻痺、術後癒着による腹痛、サブイレウス、あるいは寝たきり高齢者の便秘などに応用される。
桂枝加芍薬湯	過敏性腸症候群による、腹痛、下痢、残便感に用いる。体質を問わず使える。
補中益気湯	慢性的疲労倦怠感が目標。手術後やがんなどの慢性消耗性疾患、慢性閉塞性肺疾患、胃下垂体質者の慢性胃炎などに用いる。
麻黄附子細辛湯	悪寒の強い急性上気道炎初期に用いる。アレルギー性鼻炎、気管支炎にもよい場合がある。冷え症の虚弱体質者が対象。狭心症、高度腎障害のある人、胃腸障害のある人には用いない。
麦門冬湯	遷延性咳嗽で、「むせるように急に咳き込む」ときに用いる。体質体格を問わず使用できる。
抑肝散	イライラ感が強く怒りっぽいことを目標に用いる。不眠症、月経前症候群、更年期障害などに応用。認知症の興奮・攻撃性、幻覚、妄想などにも有用な可能性がある。
芍薬甘草湯	こむらがえり、急激に起こった有痛性筋けいれんに頓服的に用いる。速効が期待できる。甘草の副作用（四肢脱力・筋力低下、高血圧、浮腫など）に注意。

◇各処方の効能効果は添付文書でご確認ください。

Answer

漢方薬を使うときには、どんな病気にどの漢方薬を使えばよく効くかを知っておくことが、まず大切です。また患者さんの全身状態にも留意して処方を選択します。内科系では以下をお勧めします。

① ^{りっくんしとう}六君子湯

機能性胃腸症（FD）・食後愁訴症候群に用います。食欲低下、胃もたれを使用目標とします。やや痩せて胃下垂で、上腹部を叩くと水音が聞こえること（心窩部拍水音）を使用目標にします。連用すると胃腸機能の回復を促進して、体重が増え、丈夫になることが期待できます。痩せ型の人の胃食道逆流症にも一定の効果があります。

② ^{はんげしゃしんとう}半夏瀉心湯

機能性胃腸症（FD）で、心窩部の“つかえ”（胃の中に何かが残っているような不快感）、胃もたれ感がある場合に用います。六君子湯の適応と似ていますが、六君子湯とは異なり、体格が中等度以上で、むしろ肥満傾向もあるような例で、上腹部を触れると腹壁がやや硬く、心窩部拍水音はない例に用います。胃食道逆流症による胸やけ、過敏性腸症候群で食後に強い便意が起こって下痢するものなどにも有用です。

③ ^{だいげんちゅうとう}大建中湯

下部消化管の運動機能低下によるガス貯留、腹部膨満に用います。消化管手術直後に消化管運動回復促進を目的として頻用されます。腹部術後癒着による腹痛、腹部膨満、サブイレウス状態、寝たきり高齢者の便秘などにも応用できます。

④ ^{けいし かしゃくやくとう}桂枝加芍薬湯

過敏性腸症候群で、腹痛、下痢、残便感を訴える例に用います。飲みやすく即効が期待できます。

⑤ ^{ほちゅうえつきとう}補中益気湯

慢性的な疲労倦怠感を訴えるときに用います。手術後やがんなどの慢性消耗性疾患、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、慢性胃炎（胃下垂）などで使用する機会があります。やや痩せ型で心窩部拍水音（前記）があり、腹部全体が軟らかいことが使用目標になります。ごく軽症の抑うつ状態にも有用な場合があります。

⑥ ^{まおうぶしさいしんとう}麻黄附子細辛湯

急性上気道炎初期に用います。悪寒の強いことが目標です。痩せて冷え性の若年女性や中高年の人に適合する場合が多く、即効が期待できます。冷え症の人のアレルギー性鼻炎、気管支炎初期にも有用な可能性があります。

ただし、狭心症、高度腎障害のある人、胃腸障害のある人には原則として用いません。その理由は、含有生薬・麻黄に非ステロイド系抗炎症剤（NSAIDs）に似た鎮痛抗炎症作用がありますが、副作用の点でも NSAIDs 同様、高度腎障害に用いると腎血流を低下させて腎機能を悪化させる可能性があり、また NSAIDs 同様に胃腸障害を起こしやすいからです。さらに、麻黄には交感神経刺激作用がありますが、それによって心拍数増加、心筋酸素需要増加が起こりうるため、重症不安定狭心症などでは発作誘発のリスクが生じる可能性があるからです。このような麻黄の副作用は、麻黄附子細辛湯だけでなく、麻黄を含む他の漢方薬、たとえば葛根湯、小青竜湯、神秘湯などでも起こりうるので、注意が必要です。

⑦ ^{ばくもんどうとう}麦門冬湯

遷延性咳嗽で、「むせるように急に咳き込む」というときに用います。体質体格を問わず使用できます。気管支拡張剤、ステロイド吸入で治らない例にも有効な場合があります。

⑧ よくかんさん 抑肝散

不眠症，月経前症候群，更年期障害，神経症などに用います。イライラ感が強く怒りっぽいことを目標にします。近年，認知症の行動・心理症状（BPSD）の改善にも有用なことが報告されています。

⑨ しゃくやくかんぞうとう 芍薬甘草湯

足の“こむらがえり”に即効性があります。「急激に起こった有痛性筋けいれん」であれば足以外にも応用できます。過敏性腸症候群の痙攣，月経痛などにも有効な場合があります。

甘草が多く含まれますので，連用時には，副作用である偽アルドステロン症に注意が必要です。偽アルドステロン症の症状として，高血圧，低カリウム血症，低カリウム血症性ミオパシーが重要で，四肢脱力・筋力低下と高血圧の頻度が高いとされます。その他，動悸，浮腫，体重増加，痙攣，不整脈，低カリウム血症に伴う心電図異常などにも留意ください。

このほかにも副作用で間質性肺炎・肝障害などに注意の必要なものもありますのでご注意ください。

なお，漢方治療上達のこつとして，ある漢方薬を使ってよく効いた人は，その薬のよく効く状態にあると言えます。そこで，次にその薬を使うときには，著効例を念頭において用いると良いと思います。

病名・症状による頻用漢方薬の選択

Question

まだあまり漢方薬を使っていないのですが、どういう疾患や症状のときに漢方薬が効きやすいのか、またどんなときにどんな漢方薬を選択したらよいのか、簡単に教えていただけないでしょうか？

ポイント！

- それぞれの漢方薬の適応となる疾患や症状を知り、具体的にその効果を実感する経験の蓄積は非常に重要である。

● Answer

漢方の適応となる病名や症状を知ること、その頻用薬を知ることは漢方の基本と言えます。これから漢方薬の効果を実感できる経験をする、その経験の蓄積から個々の漢方薬について効果に再現性のある使用法を症候群として捉えることの2点が重要でしょう。もちろん、この前提として使おうとする漢方薬の副作用情報の知識は必須ですが…。

さらに、ある漢方薬をより深く理解しようとするれば、現代医学的研究、構成生薬とその成分の薬理、原典を含めた伝統的使用法などについての知識を得ることが望ましいと思います。この過程で、漢方的診断法、診断“理論”（陰陽・虚実・気血水など）も理解することが望まれます。ただし、形式論理は有害無益ということも覚えておいていただければと思います。

そこで、以下に漢方治療の適応となることの多い疾患および症候を挙げ、その第一選択になると思われる漢方薬を一覧としてみました。病名だけでなく、ポイントに挙げた項目の該当する方に用いてみてください。

もちろん、これ以外にも病名・症状—頻用漢方薬の組み合わせとして有益なものは多数あると思います。

要は、こうした表をヒントに漢方薬を使うことに慣れていただければと思います。

表 病名・症状による漢方薬選択の例（稲木私見）

病名	頻用漢方薬	ポイント
呼吸器疾患		
感冒急性期	葛根湯	若年者，咽喉痛，項部こり
	麻黄附子細辛湯	悪寒，咽喉痛，冷え，痩せ
感冒遷延	柴胡桂枝湯	微熱，発汗，頭痛，身体痛
気管支炎	麦門冬湯	解熱後のむせるような咳き込み
	小青竜湯	水様痰，咳，鼻炎を併発，ときに喘鳴
	麻杏甘石湯	粘稠痰，咳き込み，多くは喘鳴，鼻炎なし
慢性閉塞性肺疾患 COPD	補中益気湯	虚弱，易疲労，感冒易感染，胃下垂
	清肺湯	粘膿性痰，慢性例
肺癌の補助療法	半夏瀉心湯	イリノテカンによる下痢
消化器疾患		
咽喉異常感	半夏厚朴湯	のどつまり異物感，不安障害
胃食道逆流症 GERD	六君子湯	軽い胸やけ，胃もたれ，やや痩せ型，PPI 効果不十分なときに併用
	半夏瀉心湯	胸やけ，上腹部不快，心窩部腹壁緊張，体格中等以上
機能性胃腸症 FD	六君子湯	胃もたれ・食不振を訴える食後愁訴症候群，やや痩せ型
	半夏瀉心湯	上腹部不快感，胸やけ，心窩部腹壁緊張，体格中等以上
	人參湯	食不振，上腹部不快感，高度痩せ型，手足冷え，低体温傾向
過敏性腸症候群	桂枝加芍薬湯	腹痛を伴う便秘下痢交代型
	半夏瀉心湯	下痢型，食後に便意促迫，腹鳴，体格中等以上
	大建中湯	腹鳴，ガスが多い，便秘傾向，虚弱，冷え症
腸管癒着症	大建中湯	ガス多く腹部膨満，腹痛，便秘傾向．術後腸管麻痺にも有効
慢性下痢症	真武湯	水様下痢，痩せ型，冷え症
	半夏瀉心湯	食後下痢，体重不変，上腹部腹壁緊張
精神神経		
認知症	抑肝散	易怒性，易興奮，不眠，（行動心理障害 BPSD の改善）
脳循環障害	釣藤散	早朝頭痛，めまい感（くらくら）
片頭痛	呉茱萸湯	閃輝暗点，嘔気を伴う．トリプタンと併用可
不眠症	抑肝散	就眠障害が主，焦燥感あり怒りっぽい，やや虚弱者
運動器		
膝関節症	防己黄耆湯	膝関節に水，水肥り，やや虚弱
腰部脊柱管狭窄症	当帰四逆加呉茱萸生姜湯	やや虚弱，冷えると悪化．循環改善剤とみなせる
慢性腰痛症	八味地黄丸	胃丈夫で下腹部腹筋だけ軟弱な状態で，腰椎変形軽度な方
こむらがえり	芍薬甘草湯	即効性，甘草の副作用（低カリウム血症，血圧上昇など）に注意