

効かせる漢方

更年期女性の多愁訴に効く 漢方エキス剤

その1 のぼせ・汗・ほてり

陰山 充

かげやま医院

大阪市立大学大学院医学研究科女性病態医学講座 講師

はじめに

漢方エキス剤が昭和51年から医療保険に本格的に導入されて以来、更年期等にまつわる様々な愁訴にはたびたび漢方薬が用いられてきました。その理由は、とりわけHRT(ホルモン補充療法)出現以前では対症療法のほかにこれといった治療方法がないだけでなく、経験すればとにかく驚くほどよく効くからです。しかし、医学者の視点からはまぐれ当たりを狙うような加味逍遙散の単剤を筆頭に、少数のエキス剤に限られ、しかも使用目標や効果の判断基準も曖昧模胡としていました。これではEBM重視の時代に今までのようなマニュアルだけでは時代遅れ・不十分と誹謗され続けるので、このあたりを再検討し愚考してみます^{1,2)}。

ブレーキ

ところで、WHI(Woman's Health Initiative)の中止が決定され、日本女性とは母集団の性格やその他の条件がまったく異なるとはいえ、HRTの普及にはブレーキと言えます。そこで追風が吹いたと信じ、漢方薬の出番だと単純に喜ぶようでは不謹慎です。かつての漢方バ

内分泌委員会)の『日本人女性の更年期症状評価表』(1998)も報告されましたがあまり普及していないようです。

今回、更年期の解明の切り口が多い中、繁雑なK指数や比較的簡単なSMIに基づいた漢方薬の用薬方法については別途^{3,4,5)}で論じることとし、ここではエキス剤運用の切り口について述べてみます。

愁訴解明の切り口

SMIやK指数について別誌にてそれぞれの愁訴に対応する漢方薬を示しましたが、これだけでは各々項目ごとにバラバラで統一性がなく、学問としてまったく成立しないでご不満と思われます。いうまでもなく多彩な愁訴ですので、どの訴えから切り込んでいけば氷解していくのか、またどうすれば愁訴の病態を解明でき、一連の不快感は寛解、解消していくのかを考えてみます。

まず、中医学での把握方法を略述し、つぎに様々な「切り口」を取りあげてみます。まず更年期で一番苦しむ代表的な「のぼせ・汗・ほてり」について、エキス剤の組み合わせの工夫に取り組みます。しかし、まだまだ解明といえる代物ではなく、試行錯誤、発展途上ですので妄説をお許しください。

中医学から

一般の中医学テキストでは「更年期の諸症状、すべての愁訴は『腎虚』(ここでは老化と解釈する)が源で、すべてここから始まる」と言い切って過言ではない。だから、表面に出てくる愁訴に決して因れてはい

ブル(肝炎→小柴胡湯→間質性肺炎)
の轍を踏み、ぬか喜びに終わります。もっと臨床現場で即戦力となり漢方エキス剤の効能・効果が再現性の高いものとなるために『要約と適応』を明瞭にし広く英知を集め必要があります。

更年期愁訴の考え方

更年期の症状は、本当に多彩で掴みどころがなく複雑でしたので、『Kuppermann更年期指数:(K指數)』(1979)が従来から学会や研究会では幅を効かせて、かつては臨床現場でしばしば用いられましたが、意外ですがあまり返り見られなくなりました。その理由は単純で、整理されたとはいえ、用紙の記入が大変面倒で時間を取るうえに臨床家として最も大切な治療法にまったくつながらない、役に立たないからです。そこで『簡略更年期指標:(SMI)』(1992)が新しく登場しました。これは、十数年前に恩師麻生武志教授(東京医科歯科大学大学院)と小山嵩夫博士が考案され、エストロゲンによく反応する症状を中心に睨んでまとめられ、質問数も10と少なく実用的です。その他に日本産科婦人科学会(生殖

けない。腎虚を治すための薬(補腎・固腎)を第一に使え」と記載されています。しかし、クライアントはこれだけでは容易に愁訴が改善しないので納得しない。だからやはり目先の症状を取り除くことから始める必要に迫られます。

腎虚とは表1のように分類され用薬されます。

更年期障害を中国の西洋医学では「更年期総合徵」、中医婦科学では『「経断」および「絶經」前後諸証』と呼び、女性49歳前後から始まる。まず、加齢によりあちこちの臓腑がやられるとその障害の影響が腎まで及び、「腎の臓」が老朽化します。すると「腎氣」(腎エネルギー)がどんどん減って「天癸」(月経)を養えなくなり、「天癸」も喝れます。「天癸」が絶えると「衝脈」(要衝の血管)「任脈」(生殖妊娠等に関係の血管)の血流も衰える、と書かれています。「腎氣」をFSH-RH、LH-RHとなぞらえると、「天癸」はFSH、LHに相当し、「衝任二脈」はエストロゲン、プロゲステロンと想像できます。フィードバック機構やこれらの増減は別にして、2000年前の昔の人がこれらホルモンの三段階の機序を予測していたことはすばらしいですね。

ところで、この腎虚論議にあまり賛成でない新鋭の漢方大家も少なからずおられます⁷⁾。その理由はきっと「本治」と呼ばれる腎虚の薬を服用しても症状が容易には治らないためでしょう。しかし、その真偽の程は今後の判断にゆだねます。更年期障害では目先の症状改善には腎虚をあまり考えなくてよいのかもしれません。そうですが、中医学では更年期障害は多彩であるので、老化すなわち腎虚が根本原因であると基本原則を述べているにすぎません。

表1 腎虚(馬宝璋ら中医婦科学⁶⁾より)

① 腎陰虛
1) 心腎陰虛(心腎不交) ……………… 天王補心丹 てんのうほしんたん いっかんせん
2) 肝腎陰虛 ……………… 一貫煎 いっかんせん ・肝陽上亢 ……………… 鎮肝熄風湯 ちんかんそくふうとう ・肝鬱化熱 ……………… 丹梔逍遙散 たんじょくしょうやくさん
② 腎陽虛
1) 脾腎陽虛 ……………… 健固湯加補骨脂、仙靈脾、山茱萸 けんごうとうかほっこし せんれいひ さんじゅく にせんとうかきょうきばん じよていし
②+① 腎陰陽俱虛 ……………… 二仙湯加生龜板、女貞子 にせんとうかきょうきばん じよていし

エキス剤運用の工夫

(1) のぼせ・汗・ほてり

まず更年期女性は、これこそが一番苦しむ、困った症状と異口同音に語ります。「ある時、きっかけ(誘因)なく急に体の中からカッと熱く(のぼせ)なってきて顔や頭髪から汗がポタポタ滴り落ちる。そのため仕事、作業ができなくなる。その上、ほっぺが真っ赤(ほてり)になり恥ずかしい」。つまり、毎日のQOLが非常に落ちると訴えます。程度の差こそあれ、どの女性の語り口もすべてほぼ同じ内容です。周囲が寒いと声を揃える寒い時でも、たとえ生まれつき寒がり・冷え性の人でも同じ訴えをします。生来、暑がりの人にとってはよけい熱いため、まるで灼熱・火炎地獄です。

この熱くなつて(のぼせ)汗が吹き出る症候を『熱汗発作』と仮に名づけます。

イ. 緊張から考える

「熱汗発作」が定時刻に起こる人もいます。だから発作が発症する時刻や発作を誘発させる精神活動、仕事、姿勢、動作、精神緊張を詳しく聞くことも大切です。この精神的緊張の強いときに前もって四逆散、大柴胡湯去大黃、柴胡桂枝湯、柴胡桂枝乾姜湯を服用すると緊張の度合いが低くなり汗の量が少なくて済みます。柴胡+黃芩のペアーを含む痔の特効薬、乙字湯も有効です。もちろ

ろん加味逍遙散の持続的服用もマニュアル通りで有用です。

ロ. 部位から考える

次に「のぼせ・ほてり」の病変部位が主に顔の表面に存在し、体表温度が高いときは三黄瀉心湯や黃連解毒湯が奏効します。身体の芯から熱いときには鉛物生薬・石膏の入った製剤、白虎加人参湯、越婢加朮湯が本当に身体の深部体温から冷やし顔のほてりも取れます。

ハ. 汗から考える

「多汗」を第一にあげられた人は麻黄根を服用すると汗が完全に止まるとまで大風呂敷を広げられませんが、相当減ります。牡蛎、浮小麦、黃耆のうちの二つの生薬を組み合わせるともっとよいといわれています。あまり早くからや直前の服用より、「そろそろ汗ができるだ」と前もって予想できるときがよいようです。もちろん前述の身体を冷やす薬で汗は減ります。植物生薬・麻黄は温熱発汗剤ですが、その根や節が反対の止汗作用を持つ⁸⁾とは自然界は不思議でおもしろいです。また、緊張からの汗にはその項と同じ用薬です。

(2) その体質改善?!

イ. 性格から考える

次に、性格面を考えます。「イライラ」が向く方向を考えます。《他人に向く》つまり、よく他人にあたる人には加味逍遙散、大柴胡湯去大黃が興奮を鎮めます。《自分に向く》「私が悪いのよ。」と自虐的な人には女神散を第一に、その他、半夏厚朴湯を用います。イライラが長く続いて他人にあたる元気までもがなくなり、倦怠感が強く疲れ果てている人には抑肝散加陳皮半夏が精神安定をもたら

し疲労がとれます。その他、イライラ(気滞)の解消に重点をおき大根足には九味檳榔湯、産後の精神不安定には芎帰調血飲となります。いろいろ複雑な漢方理屈を考えないで手軽に使ってよく効くのは柴胡桂枝湯です。

また、攻撃的か自虐的かよく分からぬときには、香蘇散が無難で、気分がすっきりすると訴えられます。これで、時間かせぎをして他の方薬を加えるか転方するを考えます。

口. 寒がりから考える

寒証(寒がり)が主体では冷えの表2を参考⁹⁾に「冷え」を除くことから考えます。決して安易に冷やしてはいけません。下半身や身体全体を温めると上半身の「ほてり」が引き下げられます。この場合「のぼせ」ではなく顔の「ほてり」と言つておきます。第一に五積散があげられます。その他、当帰湯や当帰四逆加吳茱萸生姜湯を用います。「冷え」が主体で比較的強い「のぼせ」には柴胡桂枝乾姜湯が有効です。

八. めまい(水滯)から考える

めまい(水滯)や頭重感から、ほんのりほっぺが赤いくらい(紅色)『ほてり』のときには桂皮(シナモン)を含む薬方が効き、代表は荎桂朮甘湯で「水滯」の表3¹⁰⁾も参考にします。

二. 瘀血から考える

「のぼせ・汗・ほてり」の根本治療の身体全体の証として、瘀血の改善が比較的効果があります。女性に限らず人は年月を経ると身体のあちこちに瘀血(循環障害)が生じ、体調不良を訴えます。だから駆瘀血剤、桂枝茯苓丸を筆頭に毎日きっちり服用していると「のぼせ」、「熱感発作」の頻度が確実に減ります。もともと、桂枝茯苓丸は丸剤ですので熱処理、つまり煎じ

表2 「冷え」の治療による分類

1. 体を温める	① 内 臓	人参湯(桂枝人参湯、附子理中湯) 大建中湯、吳茱萸湯 当帰四逆加吳茱萸生姜湯(加附子末)
	② 四 肢	真武湯 當帰芍藥散 荎姜朮甘湯 呼吸器 小青竜湯、荎甘姜味辛夏仁湯 ⑦ 体内表(上熱下冷)五積散 ⑧ 関 節 桂枝加荎朮附湯
2. 水を除く(温陽利水)		芎帰調血飲、桂枝茯苓丸 桃核承氣湯(大黃牡丹皮湯)
3. 痰血を除く(上熱下冷)		四逆散(加味逍遙散)
4. ストレス解消(上熱下冷)		八味地黃丸、牛車腎氣丸、真武湯
5. 老化予防		温經湯
1+3(上熱下冷)		

表3 水滯の分類

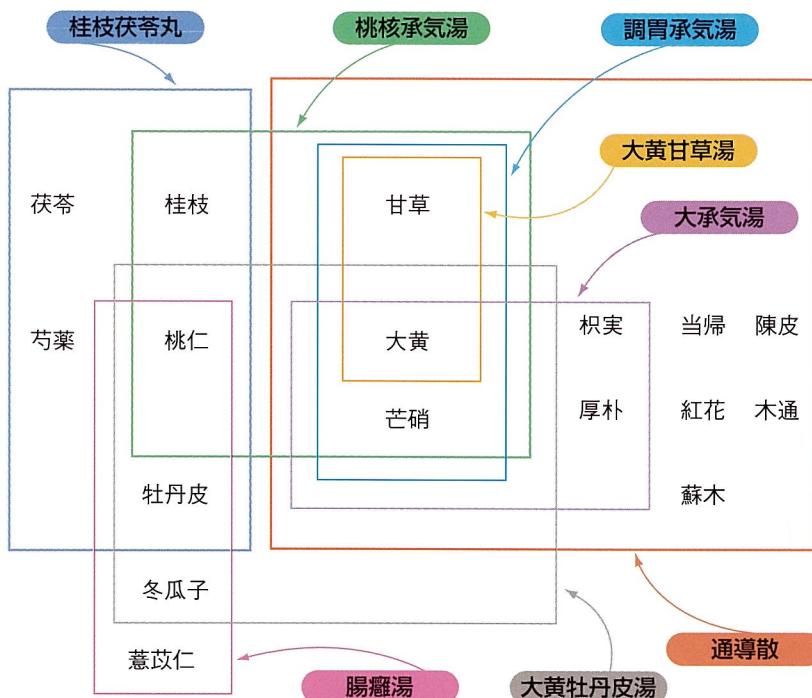
寒 証	全 身	五積散 特に女性 当帰芍藥散(加附子末)、芎帰調血飲 上半身 荎桂朮甘湯、吳茱萸湯 下半身 腰 荎姜朮甘湯 下 肢 九味檳榔湯 下 腹 真武湯(当帰四逆加吳茱萸生姜湯) 関 節 桂枝加荎朮附湯、麻杏 甘湯 呼吸器 小青竜湯、荎甘姜味辛夏仁湯 尋麻疹、浮腫 麻黃附子細辛湯、桂麻各半湯
	皮 膚	(上半身)治頭瘡一方 (下半身) (一貫堂)竜胆瀉肝湯 (部位を問わず)消風散、十味敗毒湯
	浮腫、関節、尋麻疹	越婢加朮湯
	呼吸器、痔核	麻杏甘石湯、五虎湯
	全 身	防風通聖散
	泌尿器	五淋散、竜胆瀉肝湯
	消化器	竜胆瀉肝湯、猪苓湯、黃芩湯、柴芩湯
湿 热	浮 腫	柴芩湯、茵陳五苓散
	呼吸器	柴朴湯、滋陰至宝湯、竹茹溫胆湯
	呼吸器、皮膚、関節	小柴胡湯(all round)
	関 節	桂芍知母湯
	消化器	平胃散、胃苓湯、茯苓飲、啓脾湯、小半夏加茯苓湯
	消化器、浮腫	五苓散
	消化器、上半身	半夏白朮天麻湯
平 (寒熱いずれでもない)	関 節、浮腫	薏苡仁湯、防已黃耆湯、二朮湯
	強心利尿、浮腫	木防已湯
	消化器、呼吸器	二陳湯、半夏厚朴湯、六君子湯
	関 節、瘀血	疎經活血湯
	女性(血虚)	当帰芍藥散

なくて乾燥した生薬です。良品質の材料で本来の製法の丸薬ならこれ一剤で大変有効ですが、エキス剤は湯液(煎液)、つまり高熱処理水抽出液ですので効力は少々落ちています。だから原典通り、良質の生薬そのまま用いるか、もしくはエキス剤の駆瘀血剤同士2剤複合するとよく効いてきます。図を一覧すれば併用の糸口が自ずと見えてきます。生

薬の桃仁・牡丹皮を含む桂枝茯苓丸以外に腸癰湯、桃核承氣湯、通導散、大黃牡丹皮湯、芎帰調血飲、疎經活血湯などがあげられます¹¹⁾。

ここで興味深い処方が折衝飲(当帰・川芎・紅花・桃仁・牡丹皮・桂皮・牛膝・延胡索・芍藥)です。これは、日本の産科に黎明をもたらした賀川玄悦(1700~1777)が考案した処方薬です。瘀血と血虛の

図 駆瘀血剤と瀉下剤の関連図



両刀使いです。エキス剤では実証用といわれる桂枝茯苓丸に虚証用とされる四物湯あるいは当帰芍薬散それに延胡索等、鎮痛薬、紅花といった強力な駆瘀血剤を含みます。残念ながら医療用エキス剤にはありませんが、漢方理論を理解するためには珠玉の処方です。実証+虚証=中間証などと理屈をこねまわすより、たいていの女性に有用な便利な漢方薬です^{12,13)}。

ホ. 中医学から考える

中医学では『腎虚の概念』を重視し、加齢によるいろいろな臓腑の低下が腎虚(老化)をさらに進行させています。これに基づいて根本

治療(本治)を行うなら別稿のエキス剤の上に腎虚の薬を併用するかもしくはある程度に症状が除かれた後に、以下の腎虚の薬(補腎・固腎)に少しずつ代えます。

たとえば、腎陰虚には六味丸を、腎陽虚には真武湯を、腎陰陽両虚(腎陰虚+腎陽虚)ならば、八味地黄丸、牛車腎気丸を用います。

亀板膠、鹿角膠、亀鹿二仙膠など。これらの動物生薬を追加すると1日少量(0.5g)でも大変効果的です。ところで、天王補心丹、一貫煎、鎮肝熄風湯、丹梶逍遙散は決して腎虚そのものを治療する薬ではありません。これをどのように

解釈するのか理解に苦しみますが、懐の深い中国では思弁的な話はファジーに捉えてこれらを広い意味での腎虚の薬の範疇に入れて何でもありの世界でしょう。

(3) 最後に秘

更年期の訴え「のぼせ・汗・ほてり」、その他の症状に加味逍遙散が何となく良い場合が多いが、今一つバッタリ、ピッタリでないときにはあまり「証」(症状)を考えないで四物湯を加えると、とくに皮膚、精神症状にはよく効いてくることが多いです。あまり、細かいことを考えなくてもよく、大胆にこの加法をすべてに用いても相当有効率は上がるでしょう¹⁴⁾。

<あとがき>

更年期にまつわる症状は多岐にわたるので数回に分けてみました。

加味逍遙散は基礎薬として大変重要ですが、更年期障害→加味逍遙散の一本槍では芸がありません。是非とも2剤のエキス剤を工夫併用(合方)し、漢方の妙を味わいましょう。

<謝辞>

結縁繁夫博士(神戸市)、劉公望教授(天津中医学院)、麻生武志教授(東京医科歯科大学大学院)、上田政雄名誉教授、藤井信吾教授、(京都大学大学院)、堀口俊一名譽教授、荻田幸雄名誉教授、石河修教授(大阪市立大学大学院)を始め多くの先達に深謝します。

<参考文献>

1. 蔭山 充:女性のための東洋医学 加味逍遙散-更年期の妙薬(1,2)ペリネイタルケア14(4,5): 374-376, 478-479, 1995.
2. 蔭山 充:女性のための東洋医学 もう一つの更年期薬 加味帰脾湯(その1,2)ペリネイタルケア15(10,11): 886-888, 978-980, 1996.
3. 蔭山 充:すぐ効かせる漢方、女性診療にはまず漢方(更年期)平成14年11月9日(於三宮)兵庫県保険医協会研究会講演資料
4. 蔭山 充:効かせる漢方、第3回多彩な女性愁訴に対する漢方薬(その1)簡略更年期指数と中医学から 京都大学助産誌2003.(投稿中)
5. 蔭山 充:女性のための東洋医学 多彩な女性愁訴の漢方治療 更年期の新しいパラダイム確立後10年(その1,2)ペリネイタルケア21(11,12): 991-993, 1040-1044, 2002. (その3)22(1): 82-85, 2003.
6. 馬 宝璋ほか:経断前後諸詫 中医婦科学, p104-107, 上海科学技術出版社, 1997.
7. 灰本 元:漢方の臨床疫学 第10回和漢薬ランチョンレクチャー 平成14年9月 第19回和漢医薬学会大会
8. 呂 景山:中医対薬 施今墨の二味配合法 p64-74, 東洋学術出版社, 2002.
9. 蔭山 充:「冷え」の漢方治療 漢方研究, 4, 12-16, 1996.
10. 蔭山 充ほか:更年期障害の漢方薬の選択法 寒熱と瘀血 水滯から、産婦人科治療増刊 185-189, 5, 1998.
11. 蔭山 充:女性のための東洋医学 傷寒論の奥義(その1,2)桃核承氣湯の二味の薬効発揮システム, 16(3,4)227-280, 357-370, 1997.
12. 賀川玄悦ほか:折衝飲 近代漢方医学書集成 397, 名著出版, 7, 1984.
13. 今中基晴ほか:更年期障害と漢方療法 治療学, 32, 1419-1423, 1998.
14. 村岡逸郎ほか:加味逍遙散合四物湯 実践漢方講座 協会だより別冊 9-12, 6, 1992.