特別対談

“女性の一生を支える”漢方治療を考える

ー女性医療における漢方の役割とはー

医療法人 明日葉会
札幌マタニティ・
ウイメンズホスピタル
八重樫 稔 先生

慶應義塾大学医学部
漢方医学センター
堀場 裕子 先生

わが国の医療現場において、漢方は診療科・領域を問わず幅広く用いられている。中でも産婦人科を中心とした女性医療における漢方治療の歴史は古く、女性の思春期から熟年期、更年期、さらには老年期の各ステージにおいて漢方は広く臨床応用されている。

そこで、更年期障害の治療を中心に長年、産婦人科における漢方治療に携わっておられる札幌マタニティ・ウイメンズホスピタルの八重樫稔先生と、「現代医学のなかで漢方治療をより良く生かす」を理念に1993年に開設された慶應義塾大学医学部 漢方医学センターでご活躍の堀場裕子先生に、「“女性の一生を支える”漢方治療を考える」をテーマにご討論いただいた。

Ⅰ 女性の一生と漢方

八重樫　「女性の一生と漢方」をテーマに扱われる記事などを見ると、必ずと言ってよいほど『黄帝内経素問』に記載されている「女性は七歳ごとに節目を迎える」が取り上げられますね。

堀場　女性の節目が“7年周期”であるという考え方は広く一般的にも受け入れられています。14歳ころに初潮を迎え、49歳ころに閉経を迎えることは現代の女性もほぼ同じですから、女性の一生を考える上での目安になるのではないかと思います。

八重樫　“人生100年時代”と称される現代においては、閉経までの約50年とその後の40～50年の二つに分けるという考え方もあると思いますし、より細分化するなら思春期・熟年期・更年期・老年期といった括りでもよいように思います。

堀場　女性と男性の大きな違いの一つに月経があります。香月牛山は『牛山活套』において「婦人の病、外感内傷共に男子の病に異ならず。ただ月経あるを以て、其品種々に別あり。婦人の病を治すには、先ず月経のことを能く問て治を施すべきなり。室女は其病多くは気鬱より発すれば、鬱を開き気を順すべし…」と記しています。女性にとって月経がとても重要であることがわかります。

堀場 裕子 先生
2003年　杏林大学医学部 卒業
2005年　慶應義塾大学医学部 産婦人科学 助手
2007年　慶應義塾大学医学部 産婦人科学 助教
2008年　慶應義塾大学医学部 漢方医学センター 助教
2013年　北里大学北里研究所病院 産婦人科
2014年　慶應義塾大学医学部 漢方医学センター
助教／医局長

Ⅱ 月経前症候群の漢方治療を考える

八重樫　月経前症候群(premenstrual syndrome：PMS)は「月経前、3～10日の間続く精神的あるいは身体的症状で、月経開始とともに軽快ないし消失するものをいう」(日本産科婦人科学会)と定義されています。PMSの症状は様々ですが、精神的症状ではイライラが最も多いと指摘されています[1)]。身体的症状では頭痛、めまい、むくみ、甘味への嗜好、食欲亢進やニキビ・吹き出物などが多いように思います。また、月経前に微熱や寒気、鼻汁などの風邪症状を訴える患者さんも意外と多くいらっしゃいます。

PMSの病態は、「瘀血」の存在により「気滞」を生じ、さらに水の異常をきたすため、身体・精神症状、むくみなどが生じると考えられており、漢方治療においては加味逍遙散、当帰芍薬散、桂枝茯苓丸、五苓散、苓桂朮甘湯などが多く使用されています。PMSの精神症状に対しては加味逍遙散が知られていますが、私は抑肝散・抑肝散加陳皮半夏のほかに、半夏厚朴湯、補中益気湯なども処方することがありますし、黄連解毒湯がよい場合もあります。症例を供覧します(図1)。

堀場　私はPMSの精神症状に対する治療には抑肝散や抑肝散加陳皮半夏のほかに、桃核承気湯も多く使用しています。桃核承気湯の原典である『傷寒論』(太陽病中篇)には「其人如狂」という条文があり、イライラなどに有用であることがわかります。下剤生薬を含むため、便秘を伴う患者さんには精神症状と便秘の両方の症状が改善すると喜ばれます。

八重樫　桃核承気湯の処方を検討する際には患者さんに便秘の有無を確認する必要があります。また、便秘がある方でも1日3回の服用だと下痢をされることがあるので、私はまず就寝前に1回服用していただき、無効ならば徐々に服用回数を増やすようにしています。

堀場　瀉下作用を有する方剤は、空腹時の服用が奏効することが多い印象があります。漢方薬は食前の服用が推奨されていますが、実は古典に食前投与が指示されている方剤はほとんどありません。しかし、桃核承気湯については傷寒論の条文に「先食」と記されています。

八重樫　それは興味深いですね。私は漢方薬の服用時期については食間の服用、もし飲み忘れたら食前に服用していただくようにお勧めしています。

Ⅲ 月経困難症の漢方治療を考える

八重樫　月経困難症は西洋医学的には子宮内膜症などに起因する器質性月経困難症と特定の疾患のない機能性月経困難症に分けられますが、漢方では原因にかかわらず随証治療により効果が得られます。文献上、本症の治療には当帰芍薬散、桂枝茯苓丸、桃核承気湯や芍薬甘草湯などが比較的多く使用されていることが指摘されています。中でも桂枝茯苓丸は、実証で瘀血の強い患者さんに多く用いられています。症例を供覧します(図2)。

図1　月経前症候群(PMS)の症例

症例1　30歳
【主　訴】PMS－月経10日前から落ち込み、集中力低下、眠気、食欲の亢進。当帰芍薬散は無効。
【処　方】抑肝散
【経　過】3週後、気持ちが落ち着いてきた。7週後、眠気や集中力の低下はまだあるが、イライラはコントロールできる。11週後、症状はかなり改善している。

症例2　38歳
【主　訴】月経1週間前からのイライラ感。
【処　方】抑肝散
【経　過】3ヵ月経過するも、あまり症状変わらず、黄連解毒湯を追加。4週後よりイライラ感が緩和されてきた。8週後、イライラ感はほぼ消失し、月経痛もなくなった。

症例3　29歳
【主　訴】PMS－落ち込み、肩こり、吐き気、めまい、体のこわばり、便秘、月経時ののぼせ。
【処　方】半夏厚朴湯、加味逍遙散、桃核承気湯(眠前)
【経　過】2週後、月経の直前に来院、落ち込み、めまい、吐き気、便秘はない。さらに4週分処方。3ヵ月後、他の主訴で来院するもPMSの症状はないとのこと。

八重樫 稔 先生 ご提供

堀場　当院の漢方外来でも月経困難症の患者さんは非常に多く受診され、私も瘀血を呈する患者さんには桂枝茯苓丸を頻用しています。瘀血のわかりやすい所見は舌下静脈怒張と、足首や太腿の内側のような軟らかい部分に出現する細絡です。特に舌下静脈怒張は忙しい外来でも簡便に診ることができますし、桂枝茯苓丸などの駆瘀血剤による治療効果を確認できます(図3)。

八重樫　ご提示いただいた症例は、わずか1ヵ月間で明らかに舌所見が改善していますね。

図2　月経困難症の症例

症例1　29歳

【主　訴】月経痛、PMS (腰痛、下腹部の張り)。

【経　過】・月経時、2〜3日目まで塊が出て、痛みがひどく、市販の鎮痛薬は無効。時々吐き気を伴う。月経数日前よりPMSの症状がある。
・冷えはなく、体格から桂枝茯苓丸を処方。
・４週間の服用後、月経痛は1/10、鎮痛薬 (−)。
・その後、ほぼ痛みはないまま、5ヵ月後、服薬回数を2回に減らす。PMSの症状はかなり軽減した。

症例2　25歳

【主　訴】月経痛、PMS (腰痛、だるさ、眠気)。

【経　過】・冷え (+) にて当帰芍薬散、桂枝茯苓丸を処方。
・10週後、痛みは3/10。PMSはだるさが強いため当帰芍薬散、補中益気湯に変更。
・5ヵ月後、痛みは2/10、だるさ (−) となるが腰痛が強くなり、当帰芍薬散、疎経活血湯に変更した。
・9ヵ月後、月経痛 (−)、腰痛 (−) になったが、だるさが復活したため補中益気湯を併用した。

症例3　30歳

【主　訴】月経痛、足の冷え、むくみ (月経前から月経終了後まで)。

【経　過】・しもやけになりやすいため、当帰四逆加呉茱萸生姜湯に四苓湯を併用した。
・10週後、月経痛は2/10、むくみは月経前日から初日までとなった。冷えはあるが、しもやけが出なくなった。

八重樫 稔 先生 ご提供

図3　月経困難症の症例

症例　28歳

【証】　中間証・瘀血証。

【主　訴】月経痛、月経前のイライラ、便秘、ニキビ、冷え症、むくみ。

【処　方】桂枝茯苓丸

【経　過】・初診時、舌下静脈怒張が顕著であったが、桂枝茯苓丸の服用1ヵ月後に改善した。
・症状の中で、便秘が最初に改善した。

初診時　　1ヵ月後

舌下静脈の怒張

堀場裕子 先生 ご提供

八重樫 稔 先生

1978年　北海道大学農学部大学院修士課程
(林産学専攻) 修了
1989年　北海道大学医学部 卒業、産婦人科学教室に入局
函館中央病院、小樽市立病院、
北海道大学病院、江別市立病院などを経て
1999年　札幌マタニティ・ウイメンズ
南1条クリニック 院長
2023年　札幌マタニティ・ウイメンズホスピタル

日本東洋医学会理事 (〜2022年)、
第72回日本東洋医学会学術総会会頭 (2022年)

堀場　月経困難症に対する漢方治療の変化について検討したところ、約3ヵ月間を要することを確認しました(図4)[2]。この結果に基づいて、私は患者さんに3ヵ月間は服用を継続していただくように説明しています。

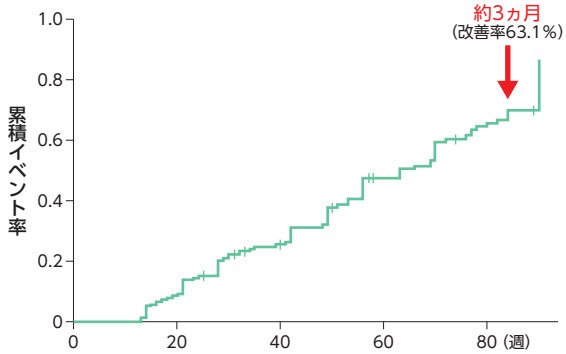
八重樫　治療開始の時点で治療期間の目途を患者さんにお伝えすることは、その後の治療を継続していただくためにも重要なことだと思います。

堀場　また、冷え症の治療において温めることは重要ですが、温めるだけでは治らないような冷え症は血流を改善することで症状が改善します。駆瘀血剤の代表格である桂枝

図4　月経困難症の治療効果の変化

【対　象】月経困難症 157例 (年齢中央値：33歳)。

【結　果】漢方治療により99例 (63.1%) が改善した。



Horiba Y, et al.: Traditional & Kampo Medicine 5: 51-55, 2018 (改変)

茯苓丸の投薬目標に「比較的体格ががっしりしている方」とありますが、実際には体格にかかわらず血流が悪い方には有効であることを実感しています。

Ⅳ 更年期症候群の漢方治療を考える

堀場　女性の一生において大きな節目の一つが閉経です。

八重樫　実は私が漢方治療を始めたきっかけというのが、医師になって3年目に更年期外来を担当するようになったことです。

更年期障害の症状は、血管運動神経系（顔のほてり、発汗、動悸）、精神神経系（抑うつ状態、不安感、頭重感、不眠）、泌尿生殖器系（膣炎、性交痛、尿失禁）、骨代謝系（骨粗鬆症）、心血管系（脂質異常症、動脈硬化、高血圧）など様々であり、漢方治療においても使用する方剤は多種類に及びます。症例を供覧します（図5）。

図5　更年期障害の症例

症例1　48歳

【主　訴】抑うつ状態、不眠、のぼせ、発汗。
【現病歴】3年前から抑うつや不眠のため加療していたが、抗うつ薬は自己中止。人と会うとほてりや発汗はあるが外出はなんとかできる。睡眠薬を服用しても5時間程で目が覚めてしまう。
【処　方】加味逍遙散
【経　過】初診時の簡略更年期指数（SMI）は52点。2週間後のSMIは33点。6週間後、抑うつ、不眠はまだあるが、調子がよいと言う。SMIは17点。14週後に喉の違和感が出現したため半夏厚朴湯を追加処方した。

症例2　49歳

【主　訴】子宮筋腫精査、動悸。
【既往歴】動悸を主訴に内科を受診（1年前）するも検査正常にて神経科を紹介受診、パニック障害と診断された。処方薬を服用するも、日中の眠気、頭がボーっとするため4週間で服用を中止した。
【現病歴】子宮筋腫は3cmで経過観察。動悸は就寝後・疲労時に多い。咽喉部に違和感がある。
【処　方】半夏厚朴湯、桂枝加竜骨牡蛎湯
【経　過】2週間後、動悸が楽になり咽喉部違和感も緩和した。食後に横になることが少なくなり、体が動く。4週後、症状はほぼ消失した。

症例3　52歳

【主　訴】ほてり、発汗、不眠症（入眠障害、中途覚醒）、喉の異物感、人混みの中でのめまい、頭痛（目の奥が痛くなる）、月経痛、足の冷え、むくみ（月経前から月経終了後まで）。
【現病歴】2年前から症状あり。漢方薬局の煎じ薬は無効で、他院心療内科で処方されたHRT、安定剤、睡眠薬も自己中止。
【現　症】身長160cm、体重50kg。腹診：臍下不仁のみ、腹力4/5。脈診：中、実。舌診：舌下静脈怒張あり。
【処　方】加味逍遙散、半夏厚朴湯
【経　過】2週後、ほてりは変わらず、喉の違和感は改善。6週後、ほてりは1～2回/日となり発汗も改善。10週後、目の奥の痛みはあるが、軽度。頭痛に発展しない。

八重樫 稔 先生 ご提供

堀場　症例1で使用された加味逍遙散は私も使用する機会が多くあります。加味逍遙散は「気うつ」タイプに用いる方剤で、冷えのぼせや気分の浮き沈み、不安、動悸、不眠が処方の際のポイントになります。

症例を供覧します。49歳の主婦で、閉経（48歳）の直後からのぼせ・ほてり、気分の浮き沈み、不眠が出現し、半年前から不安、動悸が強くなりました。中間証・寒熱錯雑証・気うつ・気滞証の診断で加味逍遙散を処方したところ、1ヵ月後には気持ちが落ち着き、加味逍遙散を服用すると“気持ちがすっとする”、とのことでした。初診時はお話が長く、話の内容は一定しませんし、さらに急に泣き出すなどで診察は長時間に及びましたが、1ヵ月後の診察は10分程度で終わるようになりました。

このような患者さんの診察時には、ご自身のお話をじっくりとお聞きして、漢方治療のご提案をするとともに、生活習慣や環境の改善をご提案するように心がけています。

八重樫　患者さんのお話をじっくりお聞きすることは重要だと思います。私も医師になって4年目に、52歳の患者さんの身の上話を延々と3時間お聞きしたことがありましたが、その後の外来で、20年来の悩みであった月経痛がないままに月経を迎えたとおっしゃっていました。患者さんのお話をお聞きすることが治療の一環であることを学んだ貴重な症例でした。

堀場　気逆タイプには抑肝散・抑肝散加陳皮半夏が有効です。感情をコントロールする「肝」の高ぶりを「抑」えてイライラを鎮めます。

抑肝散はもともと小児疳症の治療薬ですが、原典の『保嬰撮要』には「子母同服」とも記されています（図6）。

八重樫　私も以前に1～2歳のお子さんに抑肝散を処方したことがありますが、お母さんが「本人が欲しがる」とおしゃいます。私はあまり美味しいとは思えないのですが、何歳くらいまでなら服用してもらえますか。

堀場　1～2歳くらいまでならスムーズに服用してもらえるかもしれませんが、3歳を過ぎると“イヤイヤ”が始まるので難しいかもしれません。

Ⅴ 妊娠期・産褥期の漢方治療を考える

堀場　私は、妊娠期や産褥期の患者さんを診察する機会が少ないのですが、八重樫先生はどのようなご経験がありますか。

八重樫　妊娠期の漢方治療については、「妊娠に付随する病態」と「妊娠に合併する症状」の2つに分けて考えます。

前者で特に漢方治療が適応となる症状で比較的多いのが妊娠悪阻です。妊娠悪阻には小半夏加茯苓湯が広く推奨されますが、私はその他に半夏が配合されている方剤(二陳湯、茯苓飲合半夏厚朴湯など)も使用します。

後者については、風邪、頭痛、便秘、下痢、精神症状などです。中でも比較的多いのが精神科で加療中の患者さんが妊娠されたということで精神科の先生からご相談を受けるケースです。

堀場　おっしゃるようなケースで漢方治療を希望されるケースは私も経験があります。妊娠中の漢方治療では注意すべきことが比較的多くありますよね。

八重樫　注意点としては、補血・行気・補気健脾をはかること、過度の発汗・瀉下・利尿は避けることがあります。また『黄帝内経』(六元正気大論篇)では「有故無殞、亦無殞也」(妊娠中でもその薬の目標となる病が有れば危険はなく、また胎児にも害を及ぼさない)、「衰其大半而止」(大半が治った場合には、いつまでも投薬を続けず中止せねばならない。長く劇性の薬を与えていると、遂には母子ともに死の危険がある)と戒めています。

漢方薬の服用方法については、悪阻の患者さんに用いる小半夏加茯苓湯などは温服すると戻してしまうことがあるので、冷服していただきます。

堀場　更年期の方でもストレスで嘔吐される症例に小半夏加茯苓湯を処方したことがあります。その方には、小半夏加茯苓湯をお湯で溶いてから製氷皿に移して凍らせて口中で舐めていただきました。そうすることで口の中もすっきりしますし、舐めている間に気分も落ち着いたということで、非常に喜ばれました。

図6　子母同服

・疾患の有無にかかわらず母親にも同時に服用させて患児を治療する手法。
・小児の治療において母子関係は非常に重要であり、子育てに対する不安やストレスにより母の精神状態が変化し、母の精神状態を敏感に感じ取った子に心身症的な症状が出現することがある。

抑肝散加陳皮半夏

子供のかんしゃくにイライラする
眠りが浅い
神経質
冷え症
太るのが怖くて食べられない
無月経

お母さん(42歳)
・167cm 37kg
・口調は強い
・虐待を疑われて通報されたことがある

子母同服

抑肝散加陳皮半夏

怒りっぽい
食が細い

娘(8歳)
・じっと座っている
・笑顔はない
・しっかりした受け答え

堀場 裕子 先生 ご提供

Ⅵ 老年期の漢方治療を考える

堀場　老年期の患者さんで、筋力の低下、体力の低下、疲れやすくなったというような方に人参養栄湯を使用する機会が多くあります。私は人参養栄湯を“補中益気湯の高齢者版”とすると、わかりやすいかなと思います。

人参養栄湯は、疲労倦怠や食欲不振が強い高齢患者さん、さらに咳などの呼吸器症状を伴う患者さんに効果があります。たとえば肺癌術後の軽い咳嗽や慢性の間質性肺炎、また新型コロナウイルス感染症の後遺症でなかなか完全復帰できないような方の奏効例を経験しています。

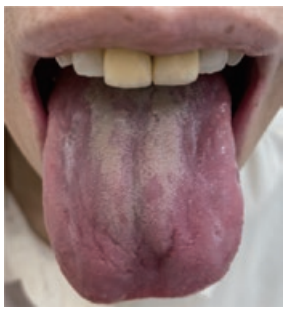
症例は73歳で、主訴は咳・食欲不振・疲労倦怠です。4年前に肺癌の手術を受けてからずっと咳が続いています。コロナ禍で咳をすると周りの目が気になる、食欲不振や疲労倦怠が著しく、半年間で体重が5kg減ったということでした。初診時の舌には薄黄苔がありましたが、人参養栄湯の服用によって薄黄苔がほぼ消失しました。おそらく胃腸機能の改善が所見に現れていると思います(図7)。

図7　老年期の症例

症例　73歳

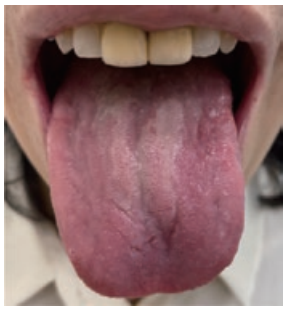
【主　訴】咳・食欲不振・疲労倦怠。
【現　症】4年前、肺癌の手術後を受けてから、ずっと咳が続いている。
コロナ禍で咳をすると周りの目が気になる。
食欲不振や疲労倦怠が著しく、半年間で体重が5kg減った。
【診　断】虚証・寒証・腎虚証。
【処　方】人参養栄湯
【経　過】人参養栄湯の服用によって、初診時の薄黄苔は1ヵ月後にほぼ消失した。胃腸機能の改善が示唆された。食欲が出てきて、体重が1ヵ月で2kg増えた。

初診時



薄黄苔

1ヵ月後



薄黄苔はほぼ消失

堀場 裕子 先生 ご提供

八重樫　人参養栄湯の服用によって気血両虚が改善していることがよくわかります。

堀場　まれに補中益気湯が飲めないという患者さんがいらっしゃいますが、そのような方には人参養栄湯の服用から始めていただきます。人参養栄湯は比較的飲みやすいですし、服用することで体力が少し持ち上がってきたら補中益気湯に切り替えるというようなこともしています。

老年期の患者さんに多く用いる方剤には「元気を補う補剤」として人参養栄湯のほかに補中益気湯や十全大補湯、ほかに加味帰脾湯は疲労倦怠からくる食欲不振や精神不安からくる睡眠のトラブルに有効です。

また、高齢化に伴いポリファーマシーが問題となっていますが、漢方薬を上手に治療の中に組み入れることで患者さんの負担を減らすことができるという利点もあります。

八重樫　老年期の患者さんの特徴として、外陰部の不快感や違和感の訴えが非常に多いことが挙げられます。しかも、膣分泌物の培養検査で異常所見はありません。このような患者さんには八味地黄丸などが有効です。

また、老年期の女性に多いのが、ほてる、お腹や背中、足が暑いと訴えられる患者さんです。このような患者さんの多くは陰虚を主体に虚熱によって暑がっていることが多いので六味丸を基本に処方を選択します。

堀場　私は高齢者の方には“隠れ貧血”が多いように思います。貧血からくる症状は様々で、集中力の低下、爪が割れやすい、脱毛、不安感、かゆみなどがあります。八重樫先生がおっしゃった八味地黄丸や牛車腎気丸、四物湯の単独でも比較的良好なこともあります。ほてりや寝汗、手足だけがほてるような場合に補血することで改善することがあります。多種類の西洋薬を服用されている患者さんなら補血剤を夕食後・就寝前に服用していただくことでも寝汗が減ったり、手足のほてりが改善したりします。

八重樫　堀場先生がおっしゃる貧血というのは、血液検査では異常所見はないということですか。

堀場　血液検査所見から貧血とは診断されない患者さんです。でも血虚からくる症状があれば補血剤が良い適応になると思います。

八重樫　四物湯をベース、あるいは単独でもよいわけですね。補剤の多くに四物湯がベースに配合されているので、そのような方剤を用いることも良いと思います。私も時々処方しますが、地黄が悪さをすることはさほどありません。

Ⅶ 患者さんの全体を診ながら“適材適所”の処方を選択

八重樫　女性の一生を支える漢方をテーマにお話を進めてきました。女性医療における漢方薬というと、漢方のご経験の浅い先生でも当帰芍薬散・加味逍遙散・桂枝茯苓丸の三処方の名前はご存じで、実際に非常に多く用いられていると思います。しかし、漢方治療は気血水を全体的に診ながら“適材適所”の処方を選択することが必要です。また、漢方治療ばかりにこだわらず、適切に西洋薬も組み入れながら、患者さん個々に適した治療法を考えることも大切だと思います。そうすることで、すべての年代の女性の様々な症状や愁訴への効果が期待できると思います。

堀場　女性患者さんは初潮から閉経、そして老年期の長い人生の中で、様々な悩みを抱えていらっしゃいます。私は、患者さん個々の悩みに寄り添うことができるのが漢方だと思っています。

私がいつも患者さんにお伝えしていることは、「通っていただける限りは治療します」です。選択した方剤が必ずしもすぐに著効するとは限りませんが、あきらめることなく診察の回数を重ねることで、患者さんご自身の訴えがなかったことも引き出すことができますし、それが次の方剤選択のヒントにもなります。

もう一つ大切なことは、患者さんとじっくりとお話をして、長いスパンで服用していただくことです。「これを飲むことで少しずつ良くなりましょう」「前回よりも診察所見が良くなっていますよ」というような一言を添えることです。そうすることで患者さんも安心して通っていただけるようになると思います。

八重樫　患者さんのお話をよく聞く、たとえ医師が思っていることと相対することを言われても否定や拒否をせずに共感を持って最後までお話を聞くことが、漢方治療において非常に重要であると思います。

そして“適材適所”に漢方薬を適切に選択することが、女性の一生を支える医療につながると思います。

【参考文献】

1) 相良洋子 ほか: 本邦における月経前症候群の疫学的事項とその診断における問題点. 産婦人科の実際 40: 1235-1241, 1991
2) Horiba Y, et al.: Effectiveness of Japanese Kampo treatment in dysmenorrhea: Single-center observational study. Traditional & Kampo Medicine 5: 51-55, 2018

取材：株式会社メディカルパブリッシャー 編集部　撮影：小林 淳