

日中の眠気に対する抑肝散加陳皮半夏の有用性

Fクリニック沖縄（沖縄県） 多和田 利香

婦人科外来では、月経随伴症状として日中の眠気を訴える患者が受診することがある。今回、日中の眠気に対して抑肝散加陳皮半夏を投与した症例を紹介する。日中の眠気に対して有効とされる薬物としては中枢神経刺激薬や麻黄剤、カフェインなどがあるが、いずれも動悸、興奮、不眠などの副作用があり、適切に使用するのには難しい。夜間不眠にも使用される抑肝散加陳皮半夏が、日中の眠気にも有効であるという報告は検索した限りでは見つけられなかったが、婦人科における日中の眠気に対するひとつの選択肢になり得ることが示唆された。

Keywords 日中の眠気、抑肝散加陳皮半夏、月経随伴症状、更年期症候群

はじめに

日中の眠気の原因はさまざまであるが、女性の場合月経随伴症状として月経前や月経中に起きることがある。月経のある女性においては、排卵後に分泌される黄体ホルモンがGABA受容体に間接的に作用し眠気を催すことが知られている。また月経中に起きる強い眠気については貧血や血虚による脳虚血が原因ではないかと考えられる。月経前の眠気と月経中の眠気の原因は異なると思われるが、いずれの時期の症状にも抑肝散加陳皮半夏が有効である可能性がある。今回当院を受診し、日中の眠気に抑肝散・抑肝散加陳皮半夏が有効であった患者について考察し、その有効性について検討した。

症例1 47歳 更年期症候群

うつ病、糖尿病にて他院へ通院し内服治療中。月経不順にて黄体ホルモン周期投与しているが、月経前から月経中にかけてトイレに座ると寝てしまうほど眠気が強い。クラシエ抑肝散加陳皮半夏 7.5g/日(分2)を処方したところ、次の月経前から効果がみられ、月経前から月経中の眠気は軽度感じる程度となった。本症例は、抗うつ剤、睡眠導入剤、トリプタン製剤、黄体ホルモン製剤内服中であったが、速やかに著明な効果がみられた。

症例2 44歳 PMS

浮腫・頭痛に対し2年前から五苓散 5g/日(分2)内服中。月経前は頭痛が悪化しイライラも強くなるため、月経前の約1週間はクラシエ加味逍遙散 6g/日(分2)も内服していた。漢方薬により頭痛や月経前の症状は軽減していたが、数ヶ月前から月経前の眠気が強くなった。眠気があるとき

は頭痛やふらつきも出現する。月経前の漢方を加味逍遙散からクラシエ抑肝散加陳皮半夏 7.5g/日(分2)に変更したところ、次の周期から月経前の眠気・頭痛・ふらつきがかなり軽減した。抑肝散加陳皮半夏を内服しているととても体調がいいので毎日内服したいとの希望あり、抑肝散加陳皮半夏 3.75g/日(分1)朝内服で継続とした。

症例3 39歳 PMS・月経困難症、鉄欠乏性貧血

月経前のイライラ・頭痛・吐気、月経前から月経中にかけての日中の眠気あり。クラシエ当帰芍薬散 6g/日(分2)と鉄剤を内服し、イライラ・頭痛・吐気は軽減したが、眠気はあまり変わらなかった。月経前から月経中にかけての約10日間クラシエ抑肝散加陳皮半夏 7.5g/日(分2)を併用したところ、次の周期から効果があり眠気は軽減した。数ヶ月間内服した後に自己中断したところ、次の周期では強い眠気が再び出現したため内服を再開した。

症例4 56歳 眠気

1年前に閉経。閉経前はホットフラッシュ・倦怠感が強かったが、閉経後は落ち着いた。2~3ヶ月前から夜間不眠はないが、日中の眠気が強くなった。クラシエ抑肝散加陳皮半夏 7.5g/日(分2)を処方したところ、内服開始2~3日目より著明な効果があり、日中の眠気が全くなかった。これまでホットフラッシュ・倦怠感・イライラ・浮腫・肥満などに対しいろいろな漢方薬を内服してきたが、こんなに効果を感じたのは初めてと、明らかな効果を実感し、その後も内服継続とした。

上記以外にも、月経前や月経中の強い眠気を訴える方の中には、20代看護師「LEP内服中だが消退出血前は仕事に支障

をきたすほど眠くて仕方がない(効果あり)」、20代医学生・20代看護学生「前日しっかり寝て、緊張感もあるが実習中に居眠りしてしまう(かなり効果あり・効果あり)」、50代主婦「運転中信号待ちで寝てしまうほど眠い(効果あり)」、40代パート「麻酔銃で撃たれたかと思うほど眠い(かなり効果あり)。この漢方に出会えてとても嬉しい」、30代会社員「眠気を我慢していると頭痛と吐気も出現してきてつらい(効果あり)」、40代会社員「月経前は立ってられないほどの眠気がある(効果あり)」、50代公務員「内服初日から効いて驚いた(かなり効果あり)」、40代パート「抗精神病薬・抗不安薬内服中、すごいことに眠気がなくなった(かなり効果あり)」など、その他多くの患者に効果がみられた。

なお、今回検討したいずれの症例においても漢方薬に起因すると思われる副作用は認めなかった。

考 察

日中の眠気の原因としては、単純な睡眠不足や血糖の乱高下、薬剤の影響、鉄欠乏性貧血、甲状腺機能低下、副腎疲労症候群、睡眠時無呼吸症候群、ナルコレプシー、てんかんなどが考えられる。月経のある女性においては、排卵後に分泌されるプロゲステロンから変換されたアロプレグナロンがGABA受容体に作用して眠気を催すことが知られている。また、プロゲステロンの分泌がない月経中にも強い眠気を訴える場合があるが、こちらについては貧血や血虚による脳虚血が原因ではないかと考えられる。

今回検討した患者の眠気については、①月経前のみ、②月経中のみ、③月経前から月経中にかけて、④月経とは関連なし、の4タイプがみられたが、いずれのタイプについても抑肝散・抑肝散加陳皮半夏は効果的であった。

抑肝散は、保嬰撮要の急驚風門に掲げられた処方で、小児のひきつけに用いられるものである。肝気がたかぶって神經過敏となり、怒りやすく、イライラして性急となり、興奮して眠れないという神経の興奮を鎮静化させる働きがある。ここに健胃作用のある陳皮半夏を加えたのが抑肝散加陳皮半夏である。もともと、肝気がたかぶったものの、興奮を抑え、鎮静させるところから抑肝散と名づけられた処方であるが、一見すると逆とも思える日中の眠気にも非常に効果的であったことが大変興味深い。

抑肝散加陳皮半夏は、釣藤鈎・柴胡・当帰・川芎・白朮・茯苓・甘草・陳皮・半夏の9つの生薬で構成される。主薬は釣藤鈎・柴胡で、鎮静・鎮痙作用をもち自律神経機能を調整する。釣藤鈎は中枢性の鎮静作用と抗痙攣作用の他に降圧作用があり、柴胡・甘草は疏肝解鬱の効能をもち鎮静・鎮痙に働く。当帰は川芎とともに上焦の血管拡張・循環促進に働き、さらに川芎は頭痛に奏効する¹⁾。本方は、癩症・神経症・不眠症・乳幼児のひきつけ・脳血管障害後

遺症・パーキンソン病・歯ぎしりなどが適応とされる。

ストレスによる緊張や不安が頭頸部領域に血流障害を引き起こすことが知られているが、釣藤鈎・柴胡による鎮静・鎮痙作用で緊張や不安を軽減することで頭頸部領域の血流障害が緩和され、さらに当帰・川芎による血管拡張・循環促進作用が加わり、脳虚血が改善することで眠気が改善するのではないかと推察された。

今回の症例を検討すると発現までには個人差があり、貧血や血虚がある場合は、効果がみられるまでやや時間がかかり本人の実感もやや弱く、貧血や血虚がない場合は、速やかに効果が発現し本人の実感も強い印象であった。抑肝散・抑肝散加陳皮半夏の効果を最大限に引き出すためには、鉄欠乏性貧血がある場合には鉄剤を投与し、血虚がある場合には補血剤を併用することがより効果的ではないかと考えられた。

当院で抑肝散または抑肝散加陳皮半夏を日中の眠気に対して処方した症例を検討したところ、約7割の症例で症状の改善を認めた。これらの症例の中では、月経前と月経中の眠気いずれにも効果があり、また閉経後で月経がない方にも効果がみられたことから、抑肝散および抑肝散加陳皮半夏は月経随伴症状として出現する眠気以外にも、原因・性別・年齢を問わず効果がある可能性があるのではないかと考えられた。今回検索した範囲内では、眠気に対する効果についての文献は確認できなかったが、肝気のたかぶりとは逆に思われる、アパシーに対する効果^{2,3)}や、脳血流改善によるものと思われる眼精疲労に対する効果⁴⁾などの報告などが確認された。

まとめ

抑肝散加陳皮半夏の効果について大変興味深い点は、日中の眠気にも夜間の不眠にもどちらにも効果がある可能性があることであろう。その理由としては、中枢性に緊張を緩和し、脳虚血を改善することで脳の機能がより正常に機能するよう調整しているためではないかと推察された。日中の眠気に対して有効とされる中枢神経刺激薬(限定医師のみ処方可能)や麻黄剤、カフェインなどは、有効量を投与すると動悸、震え、興奮、不眠などの副作用が出現する可能性があり、PMSや更年期症候群の患者に対し適切に使用するのは難しい。イライラやたかぶりを抑え、夜間不眠にも使用される抑肝散加陳皮半夏が日中の眠気に有効とすると、婦人科における日中の眠気に対して、使用しやすく安全で効果的な治療法となり得るのではないかと期待される。

【参考文献】

- 1) 山本 巖 ほか: 中医処方解説. 医歯薬出版株式会社: 399, 1982
- 2) 向野見弘 ほか: 重度の体感幻覚症、アパシーに抑肝散加陳皮半夏が有効であったパーキンソン症候群の1例. 日東医誌 74: 233-242, 2023.
- 3) 嶺井 聡: 脳梗塞後のアパシーに伴う体重低下に抑肝散が奏効した症例. Medical Kampo, 2018年1号: 9-10, 2018
- 4) 星合 繁: 眼精疲労に対する抑肝散加陳皮半夏の有用性. phil漢方 51: 21-23, 2014