

知っておきたい六君子湯の 基本と臨床のポイント

加島 雅之 先生 熊本赤十字病院 総合内科 部長／内分泌代謝科 部長

出典 世医得効方

六君子湯の出典は、『世医得効方』（危亦林・1345年）である。四君子湯の加減方の一つとして取り上げられており、「四君子湯（人参・甘草・白茯苓・白朮）に陳皮・半夏を加えて六君子湯と名付ける」と紹介している（巻第五・大方脈雑医科・脾胃）。

効能又は効果

胃腸の弱いもので、食欲がなく、みぞおちがつかえ、疲れやすく、貧血性で手足が冷えやすいものの次の諸症：胃炎、胃アトニー、胃下垂、消化不良、食欲不振、胃痛、嘔吐

脾の概念

脾の生理作用

脾には、「運化を主る」「昇清を主る」「統血を主る」の3つの作用がある。

「運化を主る」は飲食物の消化・吸収・代謝と同化を支配し、津液の吸収と輸布に大きな影響力を持つ作用、「昇清を主る」は気の上昇するベクトルを与える作用、「統血を主る」は脈外に血液が漏出することを防ぐ作用である。

気の生成 (図1)

口から入った飲食物は胃に取り込まれ、小腸の泌別清濁により水穀の精微が吸収される。水穀の精微が腎の元気と混和され、脾の昇清作用によって胸腔に運ばれ、肺から吸収された気と混和されて宗気が生成される。

さらに、心から血脈に入る「營気」と、血管外に分布して全身の防衛作用を有する「衛気」の2つに分かれて全身を循環すると考えられている。

脾の病証 (図2)

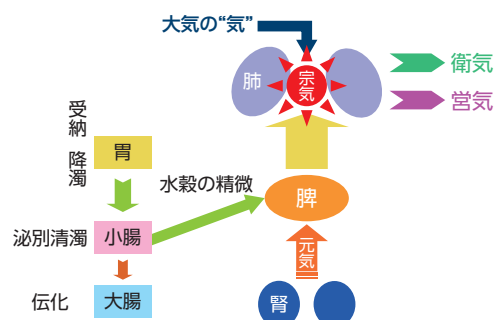
脾の病証の代表は、「脾気虚」と「痰湿困脾」である。

脾気虚は脾の機能の低下であり、消化吸收機能低下の症

状が現れる。この背景としては、痰湿困脾や長期の暴飲暴食、過労、全身の気虚や脾気の産生不足が連なって起こると考えられる。脾気虚は最も基本となる脾の異常と捉えられる。

「痰湿困脾」は、脾が持つ津液を分配する作用が低下することで生じた過剰な水分によって脾の働きが抑制される状態である。

図1 気の生成



- 小腸の泌別清濁(背景は脾の運化)により、水穀の精微が吸収される。
- 腎の元気と混和されて胸中に向かう。
- 肺からの大気と混和されて宗気が形成。
- 心から血脈に入る營気と、肺にコントロールされ三焦・膜理をめぐる衛気に分かれて全身を巡る。

図2 脾の病証



- 脾気虚：痰湿困脾、長期の暴飲暴食、過労、全身の気虚などにより生じる。脾気の不足により運化の失調をきたす。
【症状】 食欲不振、腹満感、全身倦怠感（特に食後）、軟便があり、時に浮腫、羸瘦を伴う。顔色萎黄、舌淡、苔薄、脈緩弱。
- 痰湿困脾：痰湿による運化の障害・気滯を呈する。内外の湿邪、水分や油物、飲酒、脾気虚により発生し、痰まで派生することで増悪・慢性化する。
【症状】 食欲不振、四肢が重だるい、胸苦しい、口が粘る、味がよくわからない、便は泥状あるいは下痢、舌苔は膩、脈濡。あるいは浮腫や尿量減少をきたす。

知っておきたい六君子湯の基本と臨床のポイント

痰湿困脾と脾気虚の関係

脾気虚による「水運停滞」で痰湿困脾をきたし、それが続くことによる「化生不足」は脾気虚をきたす。このように両者はある程度慢性化すると一緒に存在しうる病態である。

脾の気を高める代表処方

— 四君子湯・六君子湯・補中益気湯 — (図3)

脾の気を高める四君子湯は、脾気虚が単独で存在する病態に用いる処方である。

六君子湯は、四君子湯に陳皮・半夏を加味することで、痰湿困脾にもある程度対応可能な処方である。日本のような多湿の環境下では脾気虚と痰湿困脾が合併するため、脾気虚に加えて痰湿困脾にも対応できる六君子湯が頻用される。

補中益気湯は補気作用に加えて昇提作用を有しており、気を上昇させることに重点を置いた処方である。

六君子湯の方剤解説 (図4)

六君子湯の最も重要な治療目標は「脾気虚」であり、さらに脾気虚によって生じた「痰湿困脾」が合併した際に用いる処方である。

脾の機能を高める代表的な薬対である白朮・茯苓に、気を補う人参が加わる。さらに、無駄な水分を取り除き、気の流れを改善する生姜・半夏・陳皮と、産生された気が消耗しないように甘草を加え、大棗・生姜で消化吸收を助けながら、薬の働きが過剰にならないように調節するという組成となっている。

六君子湯の類縁処方との鑑別 (図5)

● 補中益気湯

補中益気湯の適応は肺・脾の気虚と、気の上昇低下である。気が下に落ち込む「気陥」の状況では内臓下垂、気が上の方に向かうと肺の気も不足して息切れ、声に力がないなどの症状や反復する気道感染症の遷延などの症状が現れるが、補中益気湯はこのような症状を改善する。さらに、脾気虚、中気下陷のために起こる食欲不振や立ちくらみに対応できる処方である。

● 茯苓飲

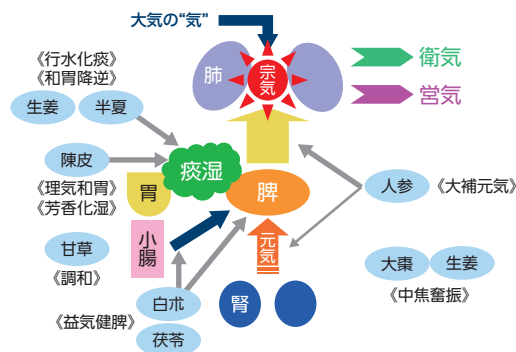
茯苓飲は、脾気虚だけでなく「胃飲」「胃の気逆」に用いる処方である。吐き気や口に水が溢れる、あるいは上腹部のもたれ感、胃部振水音のように水が溢れた症状に用いる処方である。

図3 脾の気を高める代表処方

| | 四君子湯 | 六君子湯 | 補中益気湯 |
|----|---|--|--|
| 組成 | 人参4：補気 朮4 } 益気健脾 茯苓4 } 甘草1 } 振奮脾胃 大棗1 } 薬性調和 生姜1 } | 人参4 白朮4 茯苓4 甘草1 半夏4 } 理気化痰 陳皮2 } 和胃 大棗2 生姜0.5 | 黄耆4：補気昇提 人参4 白朮4 甘草1.5 升麻1 } 昇提 柴胡2 } 当帰3：和血 陳皮2：和胃 大棗2 生姜0.5 |
| 効能 | 補気健脾 補気健脾の基本型。 気滞があると注意。 | 補気健脾・理気化痰 痰湿困脾にもある程度 対応可能、胃の受 納作用も補佐。 | 補気昇提 気を上昇させる ことに重点。 |

図4 六君子湯の方剤解説

- 脾気虚：消耗・虚弱による食欲不振、消化不良
- 痰湿困脾：上腹部のつかえ感、舌苔白厚



● 人参湯

人参湯は、脾の気虚からさらに発展した「脾陽虚」の病態に用いる処方である。食欲不振、上腹部の冷え、冷たいものは食べられない、水様性の下痢など腹部の強く冷えた症状が目立つ場合に用いる処方である。

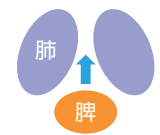



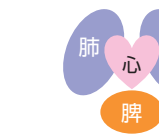
● 半夏瀉心湯

半夏瀉心湯は、「脾胃不和」(胃の湿熱と脾の気虚の合併)に用いる処方である。脾の気虚があるため食欲不振や軟便などの症状をきたしているが、一方で胃の中に熱があるため食欲が増し、相殺され、心窩部がつかえ下痢をして、食欲はないが食べようとすれば食べられ、しかし食べると症状が増悪するような病態に用いる処方である。

● 人参養栄湯

人参養栄湯が適応する病態は「脾気虚」「肺気虚」「心血

図5 六君子湯の類縁処方との鑑別

| 補中益気湯 | 茯苓飲 | 人參湯 | 半夏瀉心湯 | 人參養栄湯 |
|---|---|---|--|---|
|  <p>肺 脾</p> |  <p>水飲 胃 脾</p> |  <p>胃 陽虚 脾</p> |  <p>湿熱 胃 脾</p> |  <p>肺 心 脾</p> |
| <p>気虚: 消耗し、疲れ、活力の低下。</p> <p>肺気虚: 息切れ、声に力がない、気道感染症の反復・治りにくい。</p> <p>脾気虚・中気下陷: 食欲不振、立ちくらみ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 肺・脾の気虚と気の上昇低下。 ● つまり、疲れ、息切れ、食欲不振、立ちくらみの場合。 | <p>胃飲: 上腹部に胃液がたまった感じ、口に水が溢れる、胃部振水音。</p> <p>胃の気逆: 心窩部のつかえ、げっぷ、悪心、腹満感、嘔気。</p> <p>脾気虚: 虚弱性・消耗、長期の経過を背景とする食欲不振、軟便、下痢、食事で増悪する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 脾気虚 ● 胃飲・気逆 ● 嘔気、口に水が溢れる。 ● 上腹部のもたれ感、胃部振水音。 | <p>脾陽虚: 食欲不振、上腹部の冷え、下痢、舌質淡、水滑。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 脾陽虚 ● 食欲不振、上腹部の冷え、冷たいものは食べられない、下痢。 | <p>胃の気滞・気逆: 心窩部のつかえ、げっぷ、悪心、腹満感、嘔気。</p> <p>胃の湿熱: 消化管粘膜の発赤、胸やけ・灼熱感、分泌の亢進、食べようとすれば食べられる、舌苔黄。</p> <p>脾気虚: 虚弱性・消耗、長期の経過を背景とする食欲不振、軟便、下痢、食事で増悪する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 脾胃不和・胃の湿熱+脾の気虚。 ● 上腹部のつかえ感、軟便、舌黄苔、舌質紅。 ● 食欲はないが、食べようと思えば食べられる。しかし、食べる症状が悪化する。 | <p>脾気虚: 考えがまとまらない、疲れやすい、痩せる。</p> <p>肺気虚: 息切れ、慢性咳嗽、身体表現性障害。</p> <p>心血虚: 病的不安(予期不安)、熟眠障害。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 肺・脾の気虚を背景として、心の血虚もきたしている。 ● つまり、慢性的息切れ、体重減少、サルコペニアに加えて不眠、意欲の減退、病的不安感。 |

虚]である。肺気虚があるために息切れ、慢性咳嗽などがあるとともに、脾気虚があるために食欲不振や精神症状が現れると考えがまとまらない、などの症状が現れる。加えて、心血虚が起こるため、病的不安感(予期不安)や熟眠障害などの精神症状が現れる。

慢性的息切れ、体重減少、サルコペニアなどの身体的フレイルだけでなく、不眠や意欲の減退、病的不安感など精神的フレイルも網羅する処方である。

臨床研究③

一食道がんで食道切除術を受けた患者を対象とした研究³⁾

六君子湯投与群と非投与群を比較検討したところ、六君子湯投与群の体重減少率は有意に低く、48週後のアシルグレリンレベルは有意に高かった。食道がん治療機能評価-食道症状スケールでは、52週後の食事の満足度は非投与群に比して有意に高く、六君子湯が消耗によって起こる食欲不振に有効であることが示された。

六君子湯の臨床研究

臨床研究①

一上部消化管症状(システマティックレビュー)¹⁾

上部消化管症状を対象とした六君子湯のランダム化比較試験24件のシステマティックレビューによると、六君子湯は5段階評価尺度で他の治療に比して有意な症状改善効果が認められた。

臨床研究②

一機能性ディスぺプシア(システマティックレビュー)²⁾

機能性ディスぺプシアを対象とした六君子湯のランダム化比較試験52件のシステマティックレビューによると、六君子湯の単独投与群は西洋薬との併用群、西洋薬単独群に比して総合臨床有効率において有意に優れていることが認められた。

六君子湯の臨床応用

● 症例1 84歳 男性、主訴：食欲不振(図6)

以前より食欲が低下しやすく体重の減少がみられていたが、肺炎の罹患でさらに食欲が低下し、以前よりも食べ

図6 症例1 84歳 男性

【主 訴】 食欲不振
【現病歴】 以前より食欲が低下しやすかった。この3年で5kg程度体重が減少していた。今回、肺炎に罹患した後から食欲が極端に低下して、以前より2割も食べられなくなった。
【現 症】 倦怠感あり、上腹部の軽度のつかえ感、もたれ感あり。軟便あり。特に湿度が高くなったり、水分摂取が多いとより食欲不振が増悪する。
脈診: 脈無力
腹診: 心窩部の軽度圧痛・抵抗、振水音
舌診: 舌胖大、白苔
【弁 証】 脾気虚、痰湿困脾

知っておきたい六君子湯の基本と臨床のポイント

られなくなった。倦怠感、上腹部の軽度のつかえ感、もたれ感、軟便の症状があり、特に湿度が高くなったり水分摂取が多いと、より食欲不振が増悪すると訴えていた。現症より、脾気虚・痰湿困脾と弁証し、六君子湯を処方したところ、内服約7日で食欲は改善し、体重は3kg増量した。

● 症例2 78歳 女性、主訴：上腹部不快感(図7)

以前より上腹部不快感があり、プロトンポンプ阻害薬と市販の胃腸薬の内服で症状が改善していたが、この2ヵ月で増悪したため当科を受診した。上部消化管内視鏡検査では逆流性食道炎と萎縮性胃炎を指摘されている。現症から、脾気虚・痰湿困脾と弁証し、六君子湯を処方したところ、内服2週間で上腹部不快感などの症状が改善した。さらに4週間後にはその他の症状も改善した。

六君子湯の鑑別処方 (図8)

六君子湯は、脾気虚と痰湿困脾の合併例に用いる。

鑑別処方について、補中益気湯は呼吸器(肺)と消化器(脾)の気虚に加え、気が上に昇らないための立ちくらみや内臓下垂などの症状が目立つ場合に用いる。四君子湯は、脾気虚のみで、痰湿困脾が合併していないことが前提であり、痰湿困脾が目立つ症例での使用を避けた方がよい。平胃散は湿邪困脾のみが存在するときに用いる処方であり、湿度が上昇すると食欲が低下するという場合に用いることができる。麦門冬湯は胃陰虚の症状に用いる。

六君子湯の要点 (図9)

六君子湯の適応となる病態は、「脾気虚」と「痰湿困脾」である。

類縁処方との鑑別点について、茯苓飲はより胃の中に水がたまっている症状や吐き気、げっぷといった症状が強く目立つ場合に用いる。人参湯は、胃腸の冷えがより目立つ場合に用いる。半夏瀉心湯は、脾胃不和が適用の病態である。補中益気湯は脾気虚から中気下陷となったために水様性の下痢、内臓下垂、立ちくらみ、あるいは脾の上にある肺の気が足りなくなって息切れなどが目立つ場合に用いる。人参養榮湯は身体的フレイルのみならず精神的フレイルも含めた、全体的なフレイル症状に対して用いる処方である。

図7 症例2 78歳 女性

【主 訴】 上腹部不快感

【現病歴】 以前より上腹部不快感があり、近医より処方されていたプロトンポンプ阻害薬と市販の胃腸薬の内服で症状が改善していたが、この2ヵ月で増悪してきたため受診。4ヵ月前の上部消化管内視鏡検査では、逆流性食道炎と萎縮性胃炎を指摘されている。

【現 症】 上腹部がもたれた感じで、冷たいものは食べたくないが、自覚的な上腹部の冷えは感じない。食欲はなく、食べすぎるともたれ感が増し、倦怠感も出やすい。大便は軟便傾向。

脈診：脈滑按じて無力

舌診：舌質淡紅、胖大、白苔

腹診：心下痞硬

【弁 証】 脾気虚・痰湿困脾

図8 六君子湯の鑑別処方

- 脾気虚：消耗・虚弱に伴う消化吸収機能の低下、食欲不振。
- 痰湿困脾：上腹部不快感、舌白苔。

《鑑別処方》

補中益気湯：呼吸器(肺)・消化器(脾)の気虚

四君子湯：単純に脾気虚のみ

平胃散：湿邪困脾のみ

麦門冬湯：胃陰虚(口腔乾燥、食欲はあるが、食べるとすぐに満腹、乾燥で悪化)

図9 六君子湯の要点

- 脾気虚：消耗・虚弱に伴う消化吸収機能の低下、食欲不振。
- 痰湿困脾：上腹部不快感、舌白苔。

《他の処方との鑑別点》

茯苓飲：脾気虚(消耗・虚弱、食欲不振)、胃飲(上腹部に水がたまる、口に唾液がたまる)、胃気上逆(げっぷ、嘔気)。

人参湯：脾陽虚(食欲不振、冷たいものは食べられない、上腹部の冷え、舌淡、下痢)。

半夏瀉心湯：脾胃不和(上腹部のつかえ感、嘔気、軟便、食べようと思えば食べられるが、食べると症状悪化、舌紅、黄色苔)。

補中益気湯：中気下陷(水様下痢、内臓下垂、立ちくらみ)、肺気虚(息切れ)。

人参養榮湯：気血両虚(羸瘦、倦怠感)、肺気虚(息切れ)・心血虚(不安、動悸)。

参考文献

- 1) Hoshino N, et al.: Complement Ther Med. 2019 Feb;42:255-263. doi: 10.1016/j.ctim.2018.11.025. Epub 2018 Nov 30.
- 2) Seok-Jae K, et al.: J Gastroenterol Hepatol. 2021 Jan;36(1):64-74. doi: 10.1111/jgh.15208. Epub 2020 Aug 17.
- 3) Nakamura M, et al.: J Surg Res. 2016 Jul;204(1):130-8. doi: 10.1016/j.jss.2016.04.004. Epub 2016 Apr 13.