

## キーワード

- 冷え症
- 当帰芍薬散
- 当帰四逆加吳茱萸生姜湯
- 温経湯

秋田赤十字病院 産婦人科 第一部長

太田 博孝

## 問診表の臨床応用

# スコアによる冷え症の評価と漢方方剤

## はじめに

現代生活では冷え症になりやすい環境にある。生活習慣の変化に伴い、冷えを訴える女性が確実に増加している。最近の調査では、20歳女性の64%が冷えを感じると回答している。若年女性にみられる冷え症の特徴として、四肢末端、または下肢の冷えを訴える例が多い。冷え症になると、体力と共に気力が低下して運動不足となり、体温が低下する。その結果、基礎代謝が低下し、食欲不振、冷えの悪化と悪循環を形成していく。さらに卵巣機能不全となり、黄体機能不全症や無排卵などの排卵障害を惹起していく。冷えの女性では末梢血管が収縮する結果、血流が

低下して、同時に腰痛、腹痛や頭痛などの症状を訴えることが多い。

漢方方剤は冷え症に奏効する。実証型の女性に対する漢方方剤には、桂枝茯苓丸や桃核承氣湯があり、その使い分けは比較的容易である。一方、虚証型の女性に使用される漢方方剤には幾つかの種類があり、その選択は意外と難しい。冷え症に投与する漢方方剤の選択では、虚実証の診断のみでは不十分で、さらに各方剤の目標証に一致した製剤を投与する必要がある。

で分布し、平均スコアは $42.9 \pm 14.3$ 点であった(図1)。冷えスコア50点以上は40例、60点以上は19例あった。このうち手足の冷えは、8点38.1% (51例)、4点26.1% (35例)、冷えなしは35.8% (48例)であり、冷えスコア50点以上は、冷えが強いと判断された。

さらに興味あることに、冷えスコアと虚実証(虚実に関する質問票；小山より)は、著明な逆相関( $r = -0.417$ ;  $P < 0.0001$ )を示した。つまり、冷えを感じる女性は、虚証例が圧倒的に多かった。

## 健康女性における冷えスコアの分布

平均年齢20.5歳の健康女性(134名)を対象に、冷えに関するアンケート調査を行った。

冷え症に関する質問票は、15項目の質問からなり、冷えおよび関連する事柄についてその有無と程度を聞き、0から100点まで点数化した(表1)。それによると、冷えスコアは17点から85点ま

## 漢方方剤投与による冷えスコアの変動

対象は、当科不妊不育外来を受診した女性のうち、手足の冷えを訴え、四診から当帰芍薬散、当帰四逆加吳茱萸生姜湯または温経湯の各証と診断された女性33例である。平均年齢は32.6歳、平均虚実スコアは33.2点、平均冷えスコアは59.9点(47~71点)である。各方剤を1日3包投与し、服用4週後における冷えスコアを記載させ、服用前後のスコアの変動を検討した。

その結果、虚実スコアはそれぞれ、30.9、31.9、33.0で各群間に差はない、多くの女性は虚証型であった。冷えスコアは、投与前に、61.3、58.6、60.8と各群とも冷えの程度が強い。各スコアは、服用後51.8、

表1 冷え診断のための質問票

	はい	中間	いいえ
① 手足に冷えはありますか	8	4	0
② 肩・腰がスースーしますか	8	4	0
③ 寒がりですか	8	4	0
④ よく風邪を引きますか	8	4	0
⑤ 冬は靴下をはいて寝ますか	8	4	0
⑥ 疲れやすいですか	6	3	0
⑦ 食欲はありませんか	6	3	0
⑧ 血圧は低めですか	6	3	0
⑨ 軟便・下痢ぎみですか	6	3	0
⑩ 内向的ですか	6	3	0
⑪ 根気強いですか	6	3	0
⑫ トイレはちかいほうですか	6	3	0
⑬ 生理前はいつも不調ですか	6	3	0
⑭ 体温は低いほうですか	6	3	0
⑮ 肌はカサカサしていますか	6	3	0
合計点			

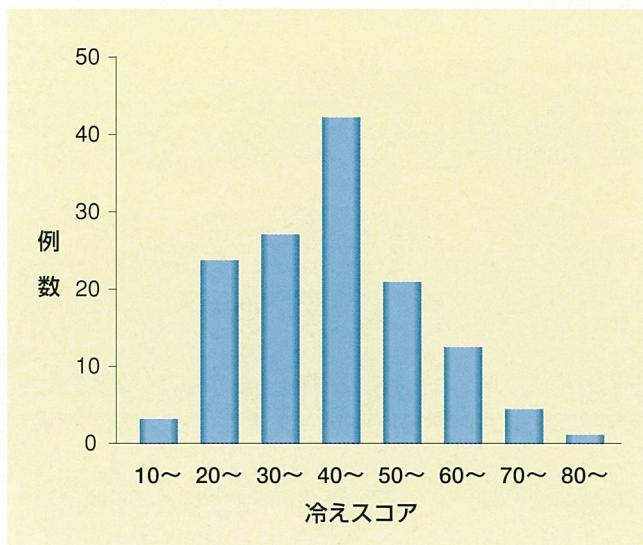


図1 冷えスコアの分布

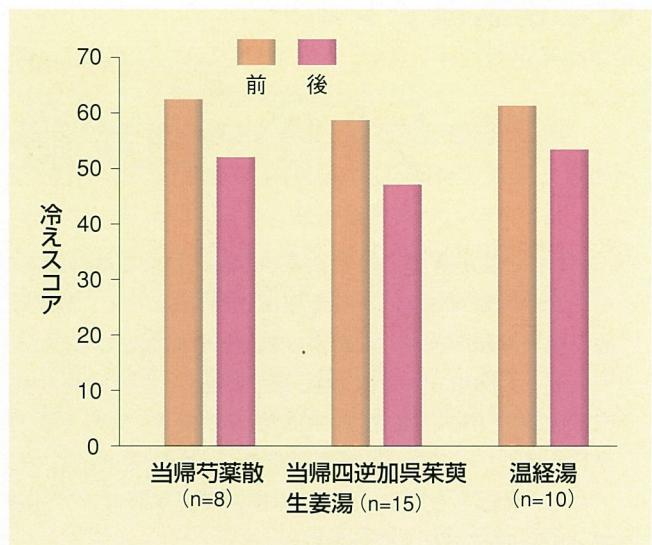


図2 漢方方剤服用前後の冷えスコア

46.9、52.5と著明に低下した(図2)。

## 漢方方剤の特徴と目標証

### 当帰芍薬散

当帰芍薬散は、生体エネルギーが低下し、体力が弱く、代謝不全(血虚)の状態にあるため、冷えがちの虚証例に用いる。同時に水分の代謝不全(水毒)があるため、さらに手足が冷え、むくみがちの例に適応となる(表2)。一般的に本剤の目標証として、冷え症で貧血傾向があり、性周期に伴って軽度の浮腫、腰痛を呈する例や、頭痛、めまい、肩こり、心悸亢進などの症状を呈する場合に用いるとされる。したがって、四診のうち舌所見では、暗赤舌並びに水分過多による浮腫のため、湿舌かつ腫大した胖大舌が特徴的な所見となる。

### 当帰四逆加吳茱萸生姜湯

当帰四逆加吳茱萸生姜湯は、気循環の失調、すなわち氣逆による厥冷、特に下肢の冷えを目標証とする。本適応例では、体内の氣である生体エネルギーが低下した状態であり、頭方への氣の供給は保たれるものの、四肢への供給が不

表2 四診、特に舌所見を加えた漢方方剤の治療戦略

	目標証・症状	舌所見
当帰芍薬散	血虚・水毒	湿・暗赤・胖大舌
当帰四逆加吳茱萸生姜湯	下肢の冷え・血虚	湿・歯根・淡紅舌
温経湯	手足のほてり・口唇乾燥	乾燥・暗赤舌

十分となり、上熱下寒の状態となる。このため、血虚、手足の厥寒や脾の運化障害により寒飲が生じて、手足の痛み、腹痛や嘔吐・下痢、などを生じてくる。したがって、本剤は、1) 手足の冷え、特に下肢が冷え、かつ痛みを伴う例、2) 慢性に経過する腹痛があり、腰痛や頭痛を伴う例などに使用される。本剤の舌所見としては、淡紅舌が大きな特徴となる。さらに湿舌であり、著明な歯根を認めるが、舌背静脈の怒張などの瘀血所見は認めない例に使用される。

### 温経湯

生体エネルギーがやや低下した状態では、四肢末梢における血液循環が障害され、代謝不全・自律神経系失調が生じる。このため、口唇の乾燥、手足のほてり(虚熱)と冷えなどの症状が発現していく。温経湯の目標証は、血虚、瘀血、

下焦虚寒とされる。すなわち、体内的寒や瘀血を除き、代謝不全を改善する作用がある。したがって、本剤は、手足のほてり、口唇の乾燥や下腹部の冷え・痛みのある例に用いる。また、本剤では、四診のうち特に舌所見に大きな特徴がある。すなわち、気の循環不全により末梢に虚熱が蓄積する結果、舌が乾燥し、瘀血により暗赤色の舌となる。

## まとめ

虚証型の冷え症女性では目標証にそれぞれ明らかな特徴がある。問診では、ほぼすべての女性が四肢の冷えを訴え、さらに手足のはてりや口唇の乾燥を訴える例が多い。聞診と切診では主に虚実証の診断が、望診では口唇の乾燥が、舌診では舌色並びに血虚、瘀血や水毒の有無が特に有用であった。