

冷え

監修／島根県斐川中央クリニック 院長 下手 公一

症状と所見

処方

比較的体力がある（実証）

便秘、顔はのぼせて足のみ冷える
肩こり、不眠



桃核承気湯

体力は中程度（中間証）

精神症状、肩こり、便秘

加味逍遙散



のぼせ、肩こり、生理痛

桂枝茯苓丸

体力がない（虚証）

色白で痩せ型、腰痛、手足など四肢が冷える

当帰四逆加呉茱萸生姜湯

下腹部が冷える、頭痛、めまい、疲れやすい

当帰芍薬散



めまい、フラフラする、下痢

真武湯

目のかすみ、腰痛、頻尿

八味地黄丸



1point ワンポイント・アドバイス

冷えは、女性の半数以上が経験すると言われています。しかし、西洋医学では冷えを体質的なものと考え、あまり積極的な治療をしません。これに対し、漢方では、冷えが様々な疾患の原因になると考え、非常に重視します。

冷えを訴える患者さんは、漢方的には虚証と考えられがちですが、中間証や実証の冷えもありますので、それぞれにあった漢方薬の選択が必要です。