

# 十全大補湯で心も健康になる理由



## 喜多 敏明 先生

千葉大学柏の葉診療所

1985年 富山医科薬科大学医学部 卒業  
 1996年 同大学附属病院和漢診療部 助手  
 1999年 同大学和漢薬研究所漢方診断学部門 客員助教授  
 2003年 千葉大学環境健康フィールド科学センター 准教授  
 2004年 同大学柏の葉診療所 所長(兼任)

## はじめに

当診療所では初診時から定期的に、国際的な健康関連QOL尺度であるSF-36(表)を用い経過観察をしている。SF-36は8つの下位尺度からなり、全体的健康感や心の健康等について標準化スコアとして定量化することができる。

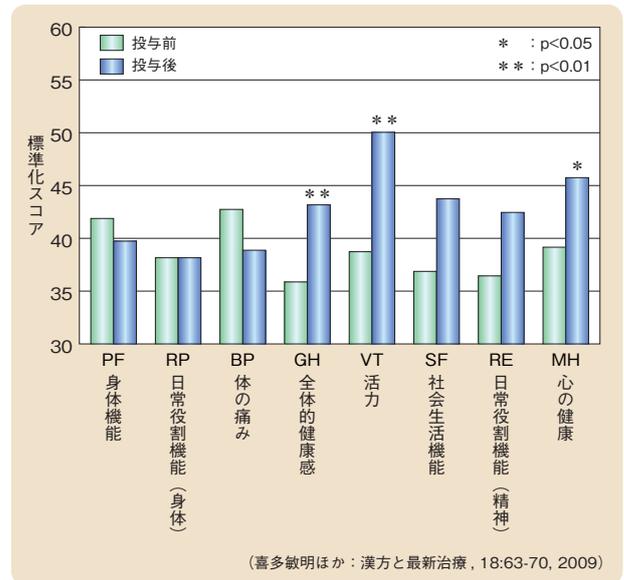
われわれはSF-36を用い、気血両虚の病態を改善する補剤である十全大補湯が、全体的健康感と活力を改善すると同時に、心の健康も有意に改善することをすでに報告している(図1)。

表 SF-36：国際的な健康関連QOL尺度

8つの下位尺度	MH：心の健康 (5項目)
PF：身体機能	・かなり神経質だった
RP：日常役割機能(身体)	・どうにもならないくらい、気分が落ち込んでいた
BP：体の痛み	・落ち着いていて、穏やかな気分だった(逆転項目)
GH：全体的健康感	・落ち込んで、憂うつな気分だった
VT：活力	・楽しい気分だった(逆転項目)
SF：社会生活機能	
RE：日常役割機能(精神)	
MH：心の健康	

標準化スコア：日本国民標準値により標準化(平均値50 標準偏差10)

図1 十全大補湯投与前後におけるSF-36スコアの変化  
 -6ヵ月継続しえた気虚症例(n=14)の検討-



十全大補湯で心も健康になることについて2つの理由が考えられる。一つは、十全大補湯による気血両虚の改善に伴う波及効果であるというものであり、もう一つは、十全大補湯が加味帰脾湯のように気鬱も同時に改善するためであるというものである。今回、実際の症例を通してこの2つの考え方を検証した。

## 症 例

症例1：62歳 女性 低血圧傾向、浮腫が出やすい

主 訴：浮腫、鼻汁

現病歴：X-3年、下肢の浮腫と水様鼻汁、鼻腔の痒み、咽頭乾燥感が出現した。近医耳鼻科で慢性鼻炎と診断され、小青竜湯の処方を受けたところ、鼻炎症状は一時軽減していた。X年11月、低血圧傾向で浮腫が出やすいのは血液の循環が悪いためではないかと心配して当診療所を受診した。

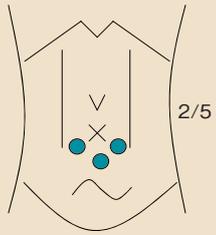
現 症：本症例の身体所見と漢方医学的所見を図2に示す。

経 過：初診時、十全大補湯を処方した。1ヵ月後、気持ちも体も元気になり、動けるようになった。2ヵ月後、浮腫は気にならなくなり、水様鼻汁が出

図2 症例1の身体所見と漢方医学的所見

**【身体所見】**  
身長：153.3cm 体重：56.3kg 血圧：117／65mmHg

**【漢方医学的所見】**  
身体がだるい、疲れやすい、身体が重い  
便秘傾向、脱毛が多い、冷えなし  
脈候：沈、細、弱  
舌候：正常紅、地図状舌  
乾湿中等度の白黄苔  
腹候：腹力やや軟弱、両側の腹直筋緊張  
臍上悸、臍傍部の圧痛、小腹不仁



**【スコア】**  
気虚 74、気鬱 6、気逆 14、血虚 39、瘀血 32、水滞 33

現する時のみ麻黄附子細辛湯を追加服用した。3ヵ月後には、体調良好で水様鼻汁も軽減した。

寺澤の気血水スコアは初診時から3ヵ月後にそれぞれ、気虚74点→46点、気鬱6点→16点、血虚39点→20点と変化し、気虚と血虚で著明に改善した。同時にSF-36スコアについては活力25.6→53.3、心の健康27.8→49.1と改善を認めた。

本症例における心の健康の改善は、十全大補湯が気血両虚の病態を改善したことに伴う波及効果であると考えた。

### 症例2：56歳 女性 更年期障害

**主 訴**：めまい、肩こり、倦怠感、気力低下、集中力低下

**現 病 歴**：X-15年、めまいを発症したが、耳鼻科検査では異常を認めなかった。X-9年、閉経。X-3年、めまい以外に肩こり、倦怠感、気力低下、集中力低下などが出現し、婦人科で更年期障害と診断され、ホルモン補充療法を開始したところ一時的に症状は軽減した。X-1年、ホルモン剤を減量すると症状が増悪してきた。X年1月、当院を受診した。

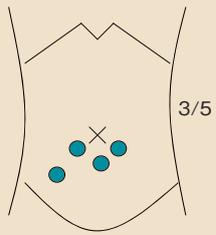
**現 症**：本症例の身体所見と漢方医学的所見を図3に示す。

**経 過**：十全大補湯を処方した。1ヵ月後、朝の起床が辛くなくなり、疲れにくくなった。2ヵ月後、肩こり、のぼせが残るため、桂枝茯苓丸を追加した。3ヵ月後、肩こり、のぼせが軽減し、めまいも忘れるようになった。

図3 症例2の身体所見と漢方医学的所見

**【身体所見】**  
身長：154.7cm 体重：55.0kg 血圧：124／82mmHg  
T-Cho 278mg/dL、LDL-Cho 208mg/dL以外は異常なし

**【漢方医学的所見】**  
抑うつ傾向、朝起きにくく調子が悪い  
小便：7～8回／日、便通：ほぼ毎日  
脈候：遅、洪  
舌候：正常紅舌、腫大、歯痕、亀裂あり  
腹候：腹力中等度、瘀血の圧痛



**【スコア】**  
気虚 52、気鬱 48、気逆 18、血虚 40、瘀血 22、水滞 31

寺澤の気血水スコアは初診時から3ヵ月後にそれぞれ、気虚52点→10点、気鬱48点→0点、血虚40点→8点と変化した。同時にSF-36スコアについては活力19.5→47.2、心の健康27.8→57.1と改善を認めた。

本症例では、十全大補湯が気血両虚を改善すると同時に、加味帰脾湯のように気鬱も改善したと考えられた。

## 考 察

十全大補湯はレベルダウンした活力をレベルアップするだけでなく、不健康な心の状態（神経質・落ち込み・憂うつ気分など）も同時に改善しうる方剤である。十全大補湯によって心の健康が改善する理由については、気血双補に伴う波及効果と、気鬱の改善による直接効果の両方が存在すると考えた。

### COMMENTS

**後山**：十全大補湯は気血双補剤であり、体も心も健康にする理由をSF-36という科学的な評価尺度を用いて検証していただきました。本日のシンポジウムでは、このような心の健康を共通のテーマとして考えていきたいと思っています。ありがとうございました。