

夏バテの漢方治療 ～半夏白朮天麻湯を中心に～

有光 潤介^{1, 2)}、梶本 佳孝²⁾、小川 恵子¹⁾

1) 金沢大学附属病院 漢方医学科、2) 千里中央駅前クリニック 漢方医学センター

夏バテの治療は、クーラーや冷蔵庫などが発達し、体を冷やし、冷たいものを飲食する機会が極端に増えた現在では、暑邪・湿邪だけではなく寒邪の影響を考える必要が出てきた。猛暑の2015年夏に、半夏白朮天麻湯が夏バテに有効であった症例を多数経験したため、代表的症例とともに気象データも提示し半夏白朮天麻湯の適応を考察する。

Keywords 夏バテ、半夏白朮天麻湯、清暑益気湯

はじめに

2015年の夏は、東京都心でも8日連続の猛暑日になり、1875年の観測開始以降の最長記録を更新した。テレビでも連日猛暑のため体調を崩す高齢者のニュース映像が多く流れ、水分の頻回摂取を呼びかけていた。

夏バテは、医学書院の医学大辞典によると、「夏負け」の項に、夏バテ、暑気あたりと同義語で、「夏期の高温多湿のために起きる易疲労、倦怠、食欲低下、体重減少などといった不快な身体症状をいう」とある。

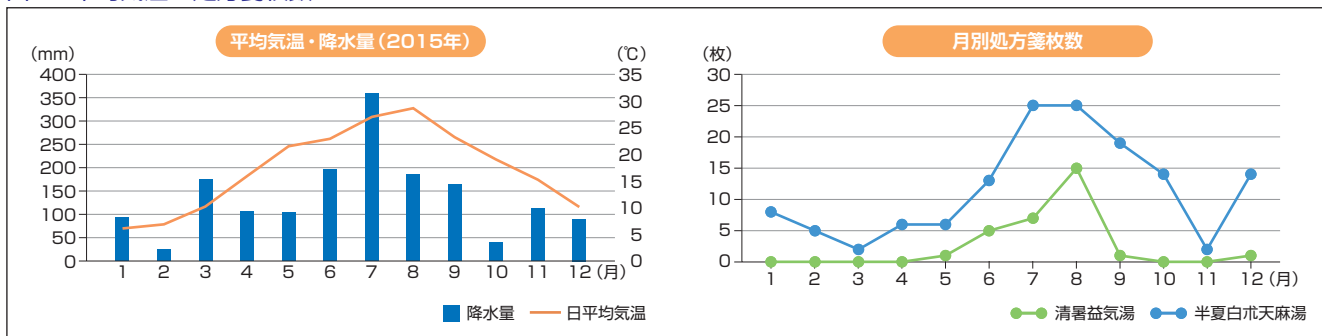
夏バテの漢方薬として、もっとも有名な方剤は「清暑益気湯」であるが、清暑益気湯では対応できない症例にしばしば遭遇する。『脾胃論』の執筆された時代とは異なり、クーラーや冷蔵庫などが発達し、体を冷やし、冷たいものを飲食する機会が極端に増えた。そのため、夏季にもかかわらず暑邪・湿邪だけではなく、寒邪の影響を夏バテの治療において考える必要が出てきた。

昨夏(2015年)に、半夏白朮天麻湯が有効であった症例を多数経験したため、代表的な症例を提示するとともに気象データも合わせて示し、半夏白朮天麻湯の適応を考察する。

当院での年間使用成績と気象データ

2015年の気象データおよび当院での半夏白朮天麻湯および清暑益気湯の処方状況を図1に示す。両方剤ともに6月から徐々に処方が増え始め、平均気温が最高である8月は、処方数も最高であった。

図1 平均気温と処方箋枚数



症例 1

【症 例】 52歳、女性
【主 訴】 倦怠感、めまい、頭痛
【既往歴】 SLE (全身性エリテマトーデス)
【現 症】 血圧 124/85mmHg、脈拍 62/分・整、身長 171cm、体重 61kg
【現病歴】 猛暑のため、水分を多く摂るように心がけたところ、食欲が落ち、倦怠感と回転性のめまいが出現した。近医耳鼻科を受診したが症状が改善しないため、X年8月、漢方治療を希望し当院を受診。

【漢方医学的所見】

【脈診】

	寸	関	尺
右	やや浮細軟弦投じて細洪無力	細軟投じて細洪無力	沈細軟投じて細洪無力
左	細軟弦投じて細洪無力	軟弦投じて細洪無力	沈細軟投じて無力

【舌診】 地団状苔、歯痕、舌下静脈の怒張

【腹診】 心下痞

【治療経過】

〈初診〉 喉が渇かないのに大量の水分を摂らないように、喉が渇いたときだけ適量水分を摂取するように指導した。

【処方】 クラシエ半夏白朮天麻湯 7.5g分2朝夕食前 14日分
 〈第2診〉 頭痛は改善しているが、まだ少し残っているため、テンマ末 3g分2朝夕食前 14日分を追加した。

〈第3診〉 症状はほぼ改善した。

【処方】 クラシエ半夏白朮天麻湯 7.5g分2朝夕食前
 +テンマ末2g分2朝夕食前 28日分

〈第4診〉 症状が改善したため、治療終了。

症例 2

【症 例】 67歳、女性

【主 訴】 倦怠感、胃もたれ、浮遊感

【現 症】 血圧 138/89mmHg、脈拍 90/分・整、身長 158cm、体重 72kg

【現病歴】 X年6月下旬から脱水予防目的で、水分摂取を心がけた。7月に入り胃もたれ、倦怠感を自覚し、症状が悪化するため、漢方治療を希望し、当院を受診した。

【漢方医学的所見】

〔脈診〕

	寸	関	尺
右	やや浮緩按じて細洪	やや浮緩按じて細洪	緩按じて細洪
左	緩按じて細洪	緩按じて細洪	緩按じて細洪

〔舌診〕 地図状苔、黄白苔、歯痕軽度

〔腹診〕 心下痞

【治療経過】

〔初診〕 喉が渇かないのに大量の水分を摂らないように、喉が渇いたときだけ適量水分を摂取するように指導した。

〔処方〕 クラシエ半夏白朮天麻湯 7.5g分2朝夕食前 14日分

〔第2診〕 半夏白朮天麻湯を飲むと胃の調子がよかった。

コーヒを1日5～6杯飲んでいたら、1～2杯にしたら、めまいも改善した。めまいの原因はカフェインの摂り過ぎだったかもしれないとの報告があった。同処方を28日分処方。

〔第3診〕 体調がよい。同処方を28日分処方。

〔第4診〕 体調がよくなり、夕食前の内服をよく忘れる。治療終了。

半夏白朮天麻湯について 原典および口訣より

原典の『脾胃論』には、「素より脾胃の証有り。時に煩燥を顕し、…寒気の為に佛鬱せられ悶乱大いに作す。…復た吐逆を添えて食停むる能わず。痰唾稠黏し、湧出して止まず。眼黒く頭旋り、悪心煩悶す。…心神顛倒し…目敢えて開かず。風雲の中に在るが如し。頭苦痛して裂けるが如し。身重きこと山の如し。四肢厥冷し、安臥することを得ず。…胃の氣已に損じ、…重ねて其の胃を虚し、痰厥して頭痛と作す。半夏白朮天麻湯を製して之を主りて癒ゆ。」と書かれている。つまり、もともと脾胃が弱っている人が、寒邪でさらに体調を崩してしまったときに使うのが、半夏白朮天麻湯なのである。

また、『勿誤薬室方函口訣』には、「此の方は痰飲、頭痛が目なり。其の人、脾胃虚弱、濁飲上逆して常に頭痛を苦しむもの、此の方の主なり。若し天陰風雨毎に頭痛を発し、或は一月に二三度宛つ、大頭痛、嘔吐を発し、絶食する者は、半硫丸を兼用すべし。凡べて此の方は食後胸中熱悶、手足倦怠、頭痛睡眠せん」と欲する者効あり。また老人虚人の眩暈に用ゆ。但し足冷を目的とするなり。」とある。つまり、胃腸虚弱で頭痛を訴える人や、手足の冷えを訴える老人のめまいが使用目標である。

夏バテ頻用処方について

現代社会における夏バテの病態を整理してみよう。クーラーや扇風機で外から身体を冷やし、さらに、冷蔵庫で冷やした飲み物やアイスクリームなどの飲食で身体を内側から冷

やす。そのため、胃腸の働きが弱くなり(脾虚)、その結果、疲れやすくなる(気虚)。さらに水分の過剰摂取により、むくみやすくなる(水滞)。夏季に浮腫を主訴で来院する患者さんの大部分は、水分の過剰摂取によるもので、水分の摂取量を控えれば症状が改善することが多い。さらに、身体がむくむと、氣の流れが悪くなり、身体が重く感じたり、手足が冷えやすくなる¹⁾。

夏バテの漢方薬として有名な「清暑益気湯」と「半夏白朮天麻湯」²⁾の違いを、構成生薬から考えてみよう(図2)。

清暑益気湯には、生脈散(麦門冬・人参・五味子)の方意が入っている。生脈散は、熱中症のときに使用される方剤である。麦門冬(人参)で津液を補い、人参で氣を補い、五味子で汗を止めて津液の消耗を予防する。このことから、夏季に大量の汗をかいて津液が失われ、水分補給により脾胃の働きが落ちて気虚になっているときに用いることがわかる。半夏白朮天麻湯とは違い、それほど湿は溜まっておらず、津液の不足があり、熱がある。口渴・多汗の有無は、清暑益気湯を使うか、半夏白朮天麻湯を使うかの重要なキーワードである(図3)。

一方、半夏白朮天麻湯は、利尿作用のある生薬が多数含まれており、また、六君子湯の加減法と言われるがごとく、脾胃の働きを立て直す生薬も多く含まれている。さらに都合の良いことに、半夏白朮天麻湯には「甘草」が含まれていない。六君子湯の加減法のため、甘草が含まれていると思いついておられる先生方が多いものと推測する。冷たいものを摂り過ぎて下痢を起こしている場合、人参湯や六君子湯も使用されるが、下痢が続いている場合は低カリウム血症になっていることもあり、甘草が含まれる方剤の使用に際して注意する必要がある。

まとめ

冷えや浮腫を伴う現代人の夏バテに対しては、半夏白朮天麻湯が第一選択薬であることが多いと考える。

図2 夏バテの繁用処方

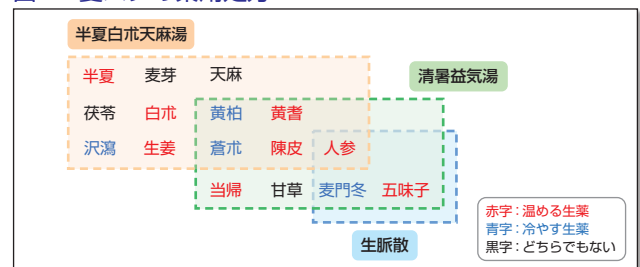
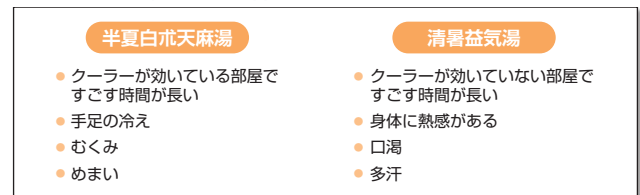


図3 夏バテ処方の鑑別ポイント



【参考文献】

- 1) 江部洋一郎: 経方医学1. 東洋学術出版, 第3版: 35-51, 2011
- 2) 神戸中医学研究会: 中医臨床のための方剤学. 医歯薬出版, 第1版: 506-507, 1992