

アトピーの真実と 漢方治療の有用性

—炎症を抑えるべからず助くるべきである—

栗が丘クリニック(長野県) 荒井 恵子

キーワード アトピー性皮膚炎、ステロイド、標治・本治、治療

現在のアトピー治療には、ステロイド剤を主とした西洋治療と脱ステロイドという意識とともに注目され始めた漢方治療とがある。ただ、ステロイドの副作用が叫ばれ、脱ステロイドの意識が高まる一方で、リバウンドのリスクもアピールされ、いまだにステロイド治療が主流であることや、せっかく期待されている漢方治療もいまひとつ定着していない背景には「炎症を抑える」ことが治療であるという基本的な考え方があるからである。こう述べて、「え？炎症を抑えるのが普通でしょ!!」と誰しもが思うであろう。それくらい「抗炎症」という治療概念は動かざる石のごとく定着しているはずである。果たして、石は動かずとも、医師が動かずして良いのであろうか？われわれ医師は、長年の歴史の間、もっと良い治療があるに違いないと、検証を重ね新しい治療を生み出してきた。どんなに強力なステロイド剤がこの世に生み出されても「これで完治します」と胸を張って言える医師がどれだけ存在するであろうか？その現実に向き合えば、今一度違う視点でアトピーという疾患を見直してみようという気持ちが生じ起ってくるのではないかな？

そこで、私は提唱したい。「炎症を抑えるべからず、むしろ炎症を助け終息を目指すべきである」と。これは、決して思い付きで言っているのではない。医師となった人が、一度はひも解いているはずの病理学の本に、「炎症は回復反応である」としっかり書いてある。そして、皮膚科の教科書に載っている湿疹三角を見ると、炎症のゴールは治癒である。われわれは、ステロイド剤のあまりの魅力に、この基本的な身体のしくみを忘れさせられたのかもしれない。

実際、漢方治療を主とした治療(といってもステロイドゼロではない)を行っている中で、常識で考えるとちょっと不思議な現象が起きるケースが少なくない。いわゆる、完治する前に症状がひどくなるケースである。

われわれは、どんな時にひどくなると解釈するのであろうか？よく言われるのが

「ジュクジュクがひどくなった」

「乾燥がひどくなって皮膚がぼろぼろと剥がれ落ちる」

「かゆみがひどくなった」と。

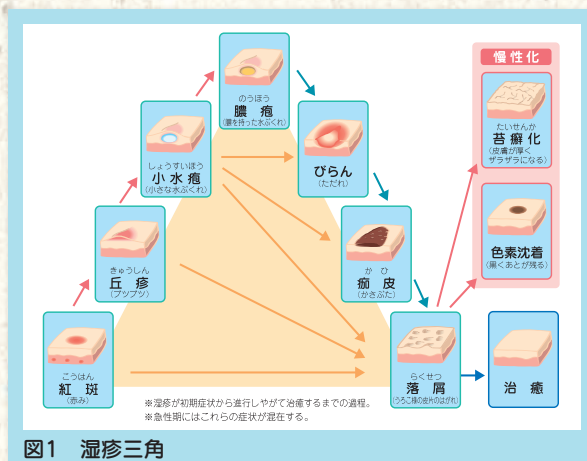
そこで、湿疹三角を見よう(図1)。まさに、治癒の一手手前が「落屑:皮膚が剥がれ落ちる」、その手前が「痂皮化:乾燥」、その一手手前が「びらん:ジュクジュク」である。われわれが「ひどくなった」と解釈している状態が、実は治癒に向かう最後のハードルであったということが湿疹三角から読み取れる。アトピーが治らないのはなぜなのか。それは治療の過程で起こる反応を止めて振り出しに戻してしまうことにあるのかもしれない。

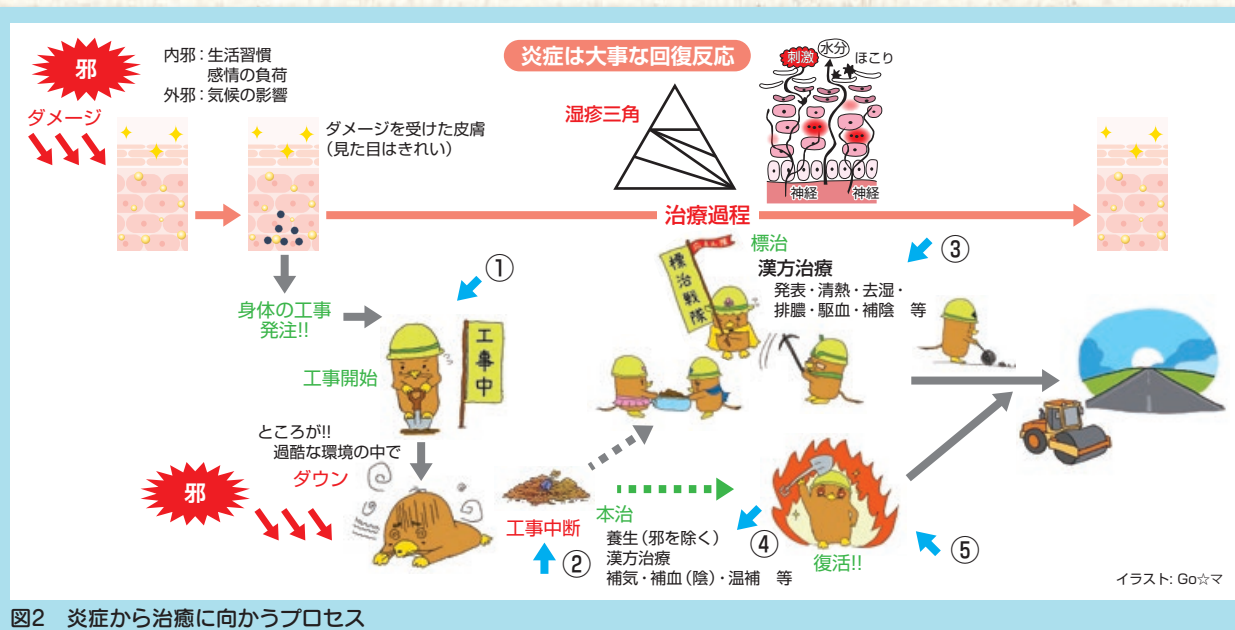
以上の考え方をもとに、アトピー性皮膚炎の診療を行っているわけだが、日頃から心がけていることが以下のことである。

図2を見て頂きたい。この資料を基に下記の説明を患者様に行っている。

1. 炎症は弱った細胞を元気な細胞に戻すための反応である。例えるならば、傷んだ道路をきれいに舗装するときの、掘り起こす作業が炎症の始まりである(図2-①)。
 2. なぜ炎症の状態が長く続くのか？というと、道路工事と言えば、日照などの過酷な環境下での過重労働で労働者が精魂果てたために、工事が進まずに停滞している状態である。人間の身体で言うと、工事を遂行するための気力・体力がないために、炎症を治癒まで持っていく力がない状態である。この状態が慢性炎症である(図2-②)。
 3. その対策として、漢方治療が役に立つ。とりあえず炎症を鎮静化するためのお手伝い(標治)いわゆる対症療法と自身の力で炎症から治癒に持っていくための基礎力をつける(本治)いわゆる体質改善が漢方治療の役割である。道路工事であれば、標治とはお手伝いのための援軍を送ることであり(図2-③)、本治とは、しっかり工事を遂行できるために会社を立て直すことである(図2-④、⑤)。
 4. ステロイドの作用について:炎症を抑える。つまりは湿疹三角のように治癒の方向に進んでいる炎症が始まる前の状態に戻すことである。道路工事に例えると、掘り起こした道路をまた埋めて元に戻すことになる。つまり、見た目は平らだが傷んだままの道路である。皮膚で言うと弱った細胞のままということになる。人間の身体は、弱った細胞は元気な細胞にしたいので、ステロイドをやめれば、炎症→治癒という反応が再開するわけで、道路工事と言えば、いったん中断していた道路工事が再開されるわけである。これをわれわれは「リバウンド」と呼んでいる。
- 上記の説明を行った上で、以下の問題を提起している。

- a. そもそもなぜ細胞が弱るのか？細胞を弱らせないために





必要なことは何か？

b. ステロイドを使うことは良くないのか？

c. 漢方薬は効くまでに時間がかかるのか？

● a. について

東洋医学では、身体に害を及ぼすものを「邪」と定義している。われわれが通常使っている「ダメージ」と言い換えても良いであろう。その「邪」によって正常な細胞を保つことができず弱ってしまうわけである。身体の内側に生じる邪を「内邪」、身体の外側の邪を「外邪」と称す。具体的には「内邪」は生活習慣(食生活、活動と休息のバランスの不良)、「外邪」は六淫(風、寒、暑、湿、燥、火)つまり気候である。治療のゴールは、体調・体質にあった食生活(薬膳)に留意し、適切な休息をとる、気候の影響から身を守るといったセルフケアのできるライフスタイルの確立である。

● b. について

脱ステロイドで一番問題にされているのが「リバウンド」である。後に述べるが、漢方薬が世間で言われているほど治癒までの時間がかかるわけではないが、ステロイドの対症効果に比べると炎症の終息には時間を要す。その間ひどい状態ですごすのは大変な苦痛を伴う。

そこで、「ステロイドは“治す”ためではなく、“楽にする”ために使ってね」とお伝えしている。時に山登りに例えることもある。一番ひどいと感じる「びらん」「痂皮」「落屑」の状態は、図をお見せしながら「今、とても悪化しているという感じだ」と思うのですが、この図をみてもうとわかるように、治る一歩手前なんです。山登りで言うと“9合目”、一番つらいところですよ。でも、頂上が見えているのです。霧がかかって頂上が見えないと辛いかもしれませんが、頂上が先の方に微かでも見えたらちょっと頑張れませんか？辛くなったらこの図を見てください。今、自分がどの位置にいるのか知ることができます。」

ステロイドを使うタイミングについては、「山登りを始めたものの、体力が続かなかったり、心が折れそうになったら一度下山して態勢を整えるのも大事ですよ。ステロイドはその下山だと思ってください。アトピーの症状が辛くて先が見えなくて心が折れそうになった時はステロイドを使ってくださいね。」とお伝えしている。

● c. について

標治に関しては、いわゆる対症療法なので有効性の判定は2～4週間で行う。ただし、本治に関しては「自力で回復する体を作ることが目的であるので、時間が必要ですよ。」と説明している。

では、実際どのような方剤を使っているかという、標治においては、主病変が何かにポイントを置いて以下のように選択している。紅斑様で熱を持っている場合は、清熱かつ滋潤効果を持つ石膏を含むもの(越婢加朮湯、白虎加人參湯など)、浸出液が多い場合は、黃連解毒湯もしくはそれを含む方剤(柴胡清肝湯、温清飲など)、赤黒く乾燥している場合は、瘀血、血虚が強く慢性化していると考え、どちらかというところというより補う方向、つまり本治に重点を置き、痒みが強く変化が強い場合は、風が主体と考え、麻黄、荊芥、防風、金銀花、連翹等を含む方剤(越婢加朮湯、消風散、荊芥連翹湯など)を選択している。他に膿が目立つ場合は、桔梗を含む方剤を使うこともある。

ただ大切なことは、正気つまり自己治癒力が支えになっていることが必須なのである。ゆえに、弁証が必要になってくる。気血水が満たされているのか？もしくは滞っていないか？陰陽のバランスは整っているのか？そして忘れてはいけないのは、気血水の不調、陰陽のバランスの不調は、患者様のライフスタイルの結果であること、そしてそのライフスタイルを選択した考え方、生き方にあるということである。つまりは、生活を何も変えずに、考え方を何も変えずに治癒に至らしめるのは不可能であるといっても過言ではないと考えている。

とはいうものの、アトピー性皮膚炎と戦いながら、新たなライフスタイルを構築することは、並大抵の覚悟ではできないことであろう。何度心が折れそうになることが想像に難しくない。

そんな時に、われわれ医師が、患者様の頑張りを認め、治癒に向かっていくことをともに信じ、いかに支えていくか？心が折れそうな時に、いたわりつつも、エールを送り続ける。これこそが患者様の治癒力を最大限に引き上げるために、最も大切なことではないかと切に思う今日この頃である。

アトピー性皮膚炎は、必ず治る。そして、治療を卒業できる。私は、多くの患者様から教えて頂いた。