

# 抑肝散加陳皮半夏・加味逍遙散が 産後うつ傾向に著効した症例

～エジンバラ産後うつ質問票による評価～

よしかた産婦人科(神奈川県) 善方 裕美

近年全国的に増加傾向にあるといわれる『産後うつ』は、その対策を急がなければならない局面にきている。産後の気血両虚の状態に西洋薬は当てはまらないことが多いが、産後ケアとして漢方薬は大変有効である。産後の精神症状に「抑肝散加陳皮半夏」、「加味逍遙散」などを処方し著効を示した症例を報告する。

**Keywords** 抑肝散加陳皮半夏、加味逍遙散、産後うつ、エジンバラ産後うつ質問票

## 緒言

『産後うつ』は近年、全国的に増加傾向にあるといわれ、その対策を急がねばならない局面にきている。当院では、数十年來、産後検診と育児支援に力を注いでおり、母乳外来や育児相談、ベビーマッサージ教室、母児のヨガ教室などを提供し、できる限り多くの褥婦の心身健康状態をバックアップできるよう努めてきた。同時に女性ヘルスケア外来で継続フォローすることで、漢方薬を用いた産後の肥立ちをサポートする治療も行っている。産後の気血両虚の状態には西洋薬は当てはまらないことが多く、医師がおこなう産後ケアとして漢方薬は大変有効である。2017年6月より横浜市は『産後うつ』の早期発見・介入を目指し、産後検診に2回の補助券発行を開始した。その際、実施必須とされているエジンバラ産後うつ質問票(EPDS、)<sup>1)</sup>による症状の抽出・評価をもとに、産後の精神神経症状に漢方薬が効果を示した症例を報告する。

## 症例 1 36歳、女性

**【現病歴】** 3回経妊1回経産(今回の妊娠出産は含めず)。妊娠40週0日：3,816g、正常分娩、母児ともに順調な経過にて退院。  
産後2週間検診：母乳分泌良好、乳頭亀裂に対し母乳外来で授乳ポジションの指導とピュアレーン処方、EPDS：7点。  
産後1ヵ月検診：新生児診察問題なし、母乳育児順調。しかしEPDS：11点と上昇、質問項目(Q)1で1点(うつ傾向あり)。問診にてEPDSの点数が増加していることを伝え、現在の体調、育児環境につき聴取。『産後の手伝いがいな

い状況で上の子のことを含め家事全般を自分でやっていた。ご主人の帰宅が遅く、上の子、赤ちゃん、自分の3人だけで家に閉じこもっていると漠然とした不安感が押し寄せてきて辛くて仕方なかった』

**【現 症】** 産後1ヵ月、分娩時より10kg体重減少あり。血圧109/70、悪露正常、子宮復古問題なし。

舌診：淡江 薄白苔。腹診：胸脇苦満を軽度認める。

**【処 方】** クラシエ加味逍遙散(1日6.0g 分3 食前)。

**【臨床経過】** 処方後2週間で再来、EPDS：8点に低下。

実母の協力を得ることができ、環境の変化も心身状態を良好にしたと考えられたが、“漠然とした不安感”がなくなり、気持ちが軽くなったという感想が聞かれた。処方継続を希望され現在、投与後3週目となっている。

## 症例 2 36歳、女性

**【現病歴】** 1回経妊1回経産(今回の妊娠出産は含めず)。妊娠40週2日：胎児機能不全にて吸引分娩で急速遂娩。児は出生後問題なく経過。母体も順調に回復、母乳分泌良好、乳頭トラブルなし。

産後1ヵ月検診：EPDS：13点(Q3：3点 Q8、Q9：2点)と気持ちの不安定さの点数が高く、うつ症状や自傷傾向を示す項目は0点。合計点で継続フォローを要する状況であった。問診にて『上の子が赤ちゃん返りをして、全く言うことを聞かない。上の子の扱いに辟易としており、カッとしてきつく怒鳴ってしまい、後でとても辛い気持ちになる』との訴えあり。

**【現 症】** 産後1ヵ月：分娩時からの体重減少5kg。血圧114/68。

舌診：やや胖大白苔。腹診：臍から心下まで腹部動悸を認める。

【処方】 クラシエ抑肝散加陳皮半夏(1日7.5g 分3食前)。

【臨床経過】 処方後2週間で再来、EPDS：9点に低下。

『上の子の言動に余裕を持って接することができた。イライラすることが減った』との感触があり、有効と考えられた。継続処方を希望され現在処方後3週目になっている。9点はまだ継続フォローを要することになるため、今後も女性ヘルスケア外来の通院予定となっている。

## 考 察

産後の母体は、出産で胎児と附属器(羊水・胎盤)を娩出すること、その後の出血(悪露)により血虚となり、女性ホルモンの急激な低下で腎虚、また、慣れない育児で気虚、気滞の状態を呈することが多い<sup>2)</sup>。産後の肥立ちを良好にする漢方として『十全大補湯』、『芍婦調血飲』、『四物湯』などがあげられる<sup>3)</sup>。当院では母乳分泌不全傾向の褥婦に『十全大補湯』を処方し有効である症例を多く経験している。

ここでは、産後の精神神経症状を呈した症例につき報告した。漠然とした不安感でマタニティブルーの状態となっており、問診で流涙など感情失禁がある場合は『加味逍遙散』を選択している。気滞のみならず血虚も強い場合は『四物湯』を『加味逍遙散』と同時処方する。一方、産後の育児環境(上の子の赤ちゃん返り、夫や実母・義母との関係など)が褥婦に強いストレスとなる場合は『抑肝散』または『抑肝散加陳皮半夏』を処方している。近年、漢方製剤の薬理学が進歩してきており、抑肝散がマウスにおいてセロトニン1A受容体刺激、選択的ドーパミン(D1)受容体刺激に関与することが示唆されている<sup>4)</sup>。『抑肝散』、『抑肝散加陳皮半夏』は母子同服が可能なエキス剤であり<sup>5)</sup>、母と一緒に上のお子さんにも適量を服用してもらおうようお勧めしている。抑肝散は小児の夜泣きに効果を示すため、母児ともに、イライラやパニック様の興奮状態を鎮静化できる。いずれも、前述した症例では大変有効な治療となった。

漢方治療による改善傾向が緩やかな症例も存在するが、産後3ヵ月～半年を目安としてうつ傾向が持続している場合は抗うつ薬(SSRI・SNRI)やジアゼパム等の抗不安薬などの西洋薬治療の追加を要する場合もあり、うつ病や躁鬱病への病態の移行に注意し、必要であれば精神科・心療内科への紹介も考慮すべきであろう。

## 結 論

産後は体力が低下するうえ、エストロゲン減少、プロラクチン増加などのホルモン変化が急激におこり、気血両虚の状態の中で赤ちゃんのお世話をしなくてはならず、生活環境が急変する。様々なストレスが原因となりマタニティブルー・産後うつ傾向を呈することが多い。このような状態に対し、西洋薬は当てはまらず、漢方薬が第一選択となる。産科領域における産後うつ対策の早期介入には、漢方治療が大変有効な手段となり、EPDSは漢方治療開始、効果判定に有用であると思われた。

## 図 エジンバラ産後うつ質問票(EPDS)

母氏名 \_\_\_\_\_ 年 月 日(産後 日目)

お子さんが生まれてから今までどのように感じているか教えてください。今日だけでなく、過去7日間にあなたが感じたことに最も近い答えを選び( )内の点数を足してください。

- 1 笑うことができるし、物事のおもしろい面もわかる  
(0)いつもと同様にできる (1)あまりできない  
(2)明らかにできない (3)全くできない
- 2 物事を楽しみにして待つことができる  
(0)いつもと同様にできる (1)あまりできない  
(2)明らかにできない (3)全くできない
- 3 物事がうまくいかないと、自分を不必要に責める  
(3)常に責める (2)時々責める  
(1)あまり責めることはない (0)全く責めない
- 4 理由もないのに不安になったり、心配する  
(0)全くない (1)ほとんどない (2)時々ある  
(3)しょっちゅうある
- 5 理由もないのに恐怖に襲われる  
(3)しょっちゅうある (2)時々ある  
(1)ほとんどない (0)全くない
- 6 することがたくさんある時に  
(3)ほとんど対処できない  
(2)いつものようにはうまくできない  
(1)たいていうまくできない (0)うまく対処できる
- 7 不幸せで、眠りにくい  
(3)ほとんどいつもそうである (2)時々そうである  
(1)たまにある (0)全くない
- 8 悲しくなったり、みじめになる  
(3)ほとんどいつもある (2)かなりしばしばある  
(1)たまにある (0)全くない
- 9 不幸せで泣けてくる  
(3)ほとんどいつもある (2)かなりしばしばある  
(1)たまにある (0)全くない
- 10 自分自身を傷つけるのではないかという考えが浮かんでくる  
(3)しばしばある (2)時々ある (1)めったにない  
(0)全くない

\* 合計点9点以上またはQ10が1点以上の場合は継続支援を要する。

表 産後の漢方処方例

	精神症状/背景	初産/経産	処 方	有効判定までの期間	転 帰
症例1	不安 恐怖感 子ども二人と母だけの孤立育児	1回経産	加味逍遙散	2週間	継続処方中
症例2	いらいら 気分の変調が強い	1回経産	抑肝散加陳皮半夏	2週間	継続処方中
症例3	呼吸できなくなる やる気がでない 何にも興味が持てない	1回経産	加味逍遙散 四物湯	1ヵ月半	産後3ヵ月で自傷傾向の発想が出現し、心療内科へ併診 当科でも育児環境サポート、女性ヘルスケア外来の継続受診
症例4	いらいら 急に涙が止まらなくなる 焦燥感(上の子の学校のことをやらねば)	1回経産	抑肝散加陳皮半夏	1ヵ月 突然泣くということはなく なったが上の子のことでまだイライラ続く	産後3ヵ月 当院ヨガスクールに通うことができ楽しいと感じられるようになった いらいらも落ち着いた 処方・通院終了 その後も順調に経過
症例5	不安感 急に泣いてしまう 実家との関係が良好でない	初産	加味逍遙散 十全大補湯	2週間 4週後より十全大補湯追加	産後5ヵ月まで処方継続 当院の産後プログラムに参加しながら徐々に心身状態が回復し処方終了。その後のヘルスケア外来フォローで経過順調にて終診
症例6	いらいら 焦燥感 気分の浮き沈みが激しい	2回経産	抑肝散加陳皮半夏	2週間 著明な効果あり	現在処方後3ヵ月 継続処方中 カウンセリングによる生活指導も効果を示している

### 【参考文献】

- 1) Cox JL, Holden JM, Sagovsky R: Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. Br J Psychiatry 150: 782-786, 1987
- 2) 日本東洋医学会: 専門医のための漢方医学テキスト 2015
- 3) 秋葉哲生: 洋漢統合処方からみた漢方製剤保険診療マニュアル 2016
- 4) Yamaguchi T, et al.: Anxiolytic effects of yokukansan, a traditional Japanese medicine, via serotonin 5-HT1A receptors on anxiety-related behaviors in rats experienced aversive stress. J Ethnopharmacol 143: 533-539, 2012
- 5) 橋口 亮: 抑肝散加陳皮半夏 肝気を降ろす効果でPMSのメンタルヘルス不調を緩和 Medical ASAHl October: 66-68, 2015

### 【訂正とお詫び】

No.65の漢方臨床レポートにおいて誤りがありました。訂正してお詫びいたします。

- p16. 左段 症例1 【処方】内  
誤)クラシエ加味逍遙散(7.5g、分2) → 正)クラシエ加味逍遙散(6.0g、分2)
- p18. 左段 上から6~7行目  
誤)ソヨウ → 正)ハッカ