

これからの女性医療における 漢方への期待 —女性の一生を支える漢方—

JA静岡厚生連 静岡厚生病院
産婦人科 診療部長
中山 毅 先生

東京女子医科大学附属
東洋医学研究所 所長/教授
木村 容子 先生

新型コロナウイルス感染症(コロナ)の収束が未だに見とおせない昨今、メンタルを中心に体の不調を訴える方が増加している。特に女性は、雇用環境の悪化と収入の減少、家族のライフスタイルの変化に伴う家事の負担の増大など、よりコロナ禍で大きな影響を受けており、従来とは異なる視点からより幅広く多面的な治療が求められている。

そこで、これからの女性医療における漢方への期待・可能性について、産婦人科医としてさらには漢方医として漢方診療もされているJA静岡厚生連 静岡厚生病院 産婦人科 診療部長の中山毅先生と、東京女子医科大学附属東洋医学研究所 所長/教授の木村容子先生にご討論いただいた。

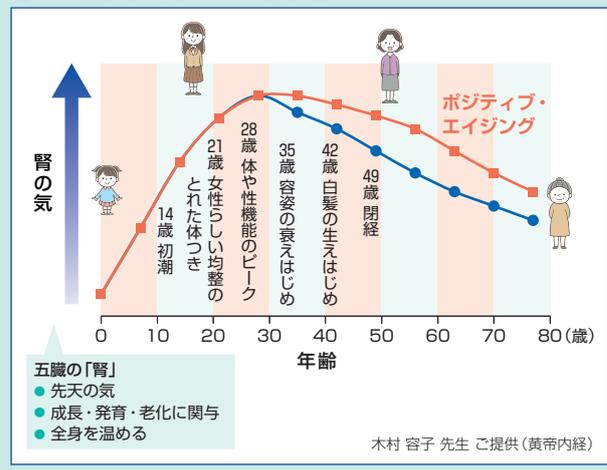
I 漢方医学的に考える女性の一生

ポジティブ・エイジングにおける漢方の役割

中山 コロナ禍において様々な不調を抱える女性が増加しています。そこで漢方のエキスパートでいらっしゃる木村容子先生とともに「これからの女性医療における漢方への期待」をテーマにお話を進めたいと思います。まず、女性の一生を漢方医学的にどのように捉えればよいかを教えてください。

木村 ご存じのように中国最古の医学書である『黄帝内経』では、女性は7年ごとに節目を迎えると記されています(図1)。

図1 ポジティブ・エイジング



これからの女性医療における漢方への期待 — 女性の一生を支える漢方 —



木村 容子 先生

お茶の水女子大学を卒業後、中央官庁入省（国家公務員1種）
英国Oxford大学大学院 修士課程修了
2000年 東海大学医学部（学士入学）卒業
2002年 東京女子医科大学附属東洋医学研究所 助教
2007年 同研究所 講師
2008年 同研究所 副所長
2010年 同研究所 准教授
2019年 同研究所 所長 / 教授

28歳をピークに7年周期で体は変化し、49歳で閉経を迎え、その後は五臓に蓄えられている気がなくなって死に至ります（図2）。

女性の体の変化の中でも大きな節目は閉経ですが、閉経前後の更年期における病態を気血水で考えると、更年期前半は「巡り」の悪さ（気うつ・気逆・瘀血）が目立ち、更年期後半は「虚」への過程（気虚・血虚・陰虚）に進むと考えています。

加齢という自然現象に逆らうことはできませんが、私は加齢に対して積極的に対応することで老化の速度を遅らせ、ひいては寿命を全うできるようにしたい、そのような意味合いを込めて「ポジティブ・エイジング」を提唱しています（図1）。さらに、漢方はポジティブ・エイジングのための有力な武器であると考えています。

図2 50歳からのカラダの変化

50歳…**肝気**が衰え始め、胆汁も減少、目がぼんやりかすみ始める
60歳…**心気**が衰え始め、いつも憂い悲しみ、血気はすでに衰え…
70歳…**脾気**（脾=消化器）が虚弱になり、皮膚は乾燥する
80歳…**肺気**が衰弱し、言葉をしばしば間違える
90歳…**腎気**が枯渇し、血気もなくなる
100歳…**五臓**に貯蔵されていた気がすべてなくなって死んでしまう

木村 容子 先生 ご提供（黄帝内経）

中山 私は産婦人科医としていろいろな疾患の女性患者さんを診療していますが、肝血・腎精を浪費している患者さんが多い印象があります。ポジティブ・エイジングのためには血を蓄える肝と精を蓄える腎をしっかりと維持する、まさに「肝腎要（肝心要）」であり、そのための漢方の役割も非常に大きいと思っています。

一方で、更年期障害の治療というとホルモン補充療法（HRT）が施行されることが多くあります。HRTはホットフラッシュなどの症状には奏効しますが、多様な症状を抱えている女性の一部分だけを治療しているようで、ポジティブ・エイジングの考え方にはそぐわないように思います。

木村 女性ホルモンの分泌低下という生物学的な変化は誰もが同じであっても、現れる症状は様々ではありません。閉経後は五臓の機能が徐々に低下しますが、その過程でも各自の状況に合わせて五臓のバランスを維持することが重要であると思っています。

中山 そのような観点で考えると、女性を多面的に治療するためには漢方が必要であり、ポジティブ・エイジングにもつながるということですね。

漢方ほどの世代の女性にも対応できる

中山 患者さんにはポジティブ・エイジングを何歳ころから意識していただくとよいですか。

木村 35歳過ぎからだだと思います。体のピーク直後はまだお元気でも、35歳を過ぎた頃から何らかの不調を感じるようになります。

中山 さらに、7年周期を意識しながら腎精を損なわないことが大切であることを患者さんにきちんと説明をしてご理解いただくことが、ひいてはポジティブ・エイジングにもつながりますね。

木村 漢方には年齢にかかわらず、気血水や五臓六腑のバランスを調整できるという利点があります。たとえば、更年期障害を主訴に受診された80歳代の患者さんがいらっしゃいました。ご自身の更年期に経験したイライラやホットフラッシュが最近になって現れてきたそうです。その患者さんには老年期の「血の道症」（図3）を説明し、加味逍遙

図3 いわゆる「血の道症」について

- 定義：婦人にみられる更年期障害類似的自律神経症候群
- 症状：不眠 疲労感 熱感 冷え 頭痛 めまい 腰痛 じびれ感 頻尿 便秘など
- 原因から：内分泌性・心因性 血の道症
- 発生年齢から：若年期・中年期・更年期・老年期血の道症など

九嶋勝司：所謂「血の道症」に就いて、日本医師会雑誌 32：577-583、1954より引用

散を服用していただくことで症状も落ち着きました。

中山 ご紹介いただいた患者さんは西洋医学だけでは受け止めることが難しいですが、漢方ではしっかりと受け止めて、患者さんに寄り添うことができます。

高齢者において脾を整えることも重要

中山 元気なお年寄りとは総じてよく食べて栄養状態が良好というイメージがあります。高齢者の健康維持のためには脾を整えることも重要で、漢方は適切に対処できるという利点もあります。

木村 ご指摘の点は現代社会において大きな問題となっているフレイルにもつながりますが、漢方は胃腸機能を高めて栄養を摂取し、運動ができる体を作るという面にも貢献できます。

中山 たとえば、人参養栄湯で脾・肺の機能を高めて運動ができる状態を作ることもポジティブ・エイジングには必要だと思います。

木村 50歳以降は五臓の気が衰え始め、自律神経の調節能力も低下してきますから、おっしゃるように別の視点でも患者さんを診る必要があると思います。

便利な世の中だからこそ必要な食養生

木村 一方で、体のピークが低い女性や、ピークから急速に衰えていく女性もいらっしゃいますが、漢方は本来のエイジングの姿に戻すことやピーク後に現状を維持することもできます。格段に便利になった世の中だからこそ、養生による自己コントロールが大切となります。

中山 四季折々の旬の食材を食べたいときに食べることができます。生野菜が体によいと聞いて、冬でもサラダを好んで食されている患者さんも少なくありません。そのような患者さんに当帰芍薬散を処方することに何かもどかしさを感じることはありません。

木村 「〇〇ダイエット」というような情報が溢れていますが、ご自身に適した情報を取捨選択するためには、漢方医学による体質を考慮した診断や養生も含めた治療が助けになると思います。先生は食事に関しては患者さんにどのような指導をされていますか。

中山 不妊症の漢方診療においては、初診時には漢方薬を処方せずに患者さんの食生活をお聞きして食生活の見直しから治療を開始しています。

木村 まさに「食医同源」で素晴らしいことだと思います。しかも、その患者さんがお母さんになると、お子さんに



中山 毅先生

1997年 京都府立医科大学医学部 卒業
1999年 大阪府済生会吹田病院
2000年 市立福知山市民病院
2004年 田辺中央病院
2005年 京都府立与謝の海総合病院
(京都府立医科大学助教併任)
2006年 JA静岡厚生連静岡厚生病院
2018年 浜松医科大学医学部附属病院
2021年 JA静岡厚生連静岡厚生病院

も、さらに次の世代にも正しい知識が受け継がれていくという広がりもありますね。

中山 便利な世の中だからこそ、まずは食養生から治療を開始し、それから患者さんに合った漢方薬を処方することの必要性を実感しています。そのような治療を続けた患者さんが妊娠された喜びの声をお聞きすると、この患者さんに寄り添って治療ができた実感します。

腎精は母親から子に受け継がれますが、母親の食生活が乱れていると子どもに良い物を受け継ぐことができません。しかも、子どもが小さく生まれる、早く生まれるといったことや、妊娠中にも何らかのトラブルが多いような気がします。

木村 食養生は患者さんもお自身の体のセルフケアをしていることを実感できますから、患者さんとの信頼関係もより深まるのではないかと思います。

II 婦人科三処方の活用

不妊治療における加味逍遙散の効果

木村 産婦人科ではいわゆる婦人科三処方である当帰芍

これからの女性医療における漢方への期待 — 女性の一生を支える漢方 —

薬散、加味逍遙散、桂枝茯苓丸が広く使用されていると思います。先生は婦人科三処方をごどのように使用されていますか。

中山 三処方の中でも加味逍遙散を使用する機会が多くあります。加味逍遙散については、百々漢陰が『梧竹樓方函口訣解説』で「婦人一切の申し分に用いてよく効く」と記しており、肩こりや疲れやすい、精神不安などの症状があれば加味逍遙散から始めることが多いです。

木村 以前、加味逍遙散が有効な月経前症候群(PMS)について加速度脈波を用いて検討しました。PMSの症状として身体症状よりも精神症状が多く、特に交感神経が緊張しているPMSの患者さんに加味逍遙散が有効である可能性が高いことを報告しました。

中山先生は不妊治療もされていますが、加味逍遙散を使用されることはありますか。

中山 不妊治療にも加味逍遙散を多く使用しています。最近、一般不妊治療における漢方薬の効果を後方視的に検討した結果を報告したのですが、漢方を併用した群での妊娠率は対照群に比して明らかに高く、特に加味逍遙散使用群では26.7%でした。ただ、1周期目の妊娠率は高かったのですが以降は対照群と差がないという結果でした(図4)。また、瘀血があれば駆瘀血剤が必要となる場合や、35歳以降の患者さんには八味地黄丸などによる補腎が必要なものもあります。

木村 駆瘀血剤はどちらかというと叱咤激励しているような側面がありますが、35歳を越えると八味地黄丸などで腎を補ってあげないと疲弊してしまうような感じがあります。

駆瘀血剤の考え方 瘀血の実証・瘀血の虚証

中山 駆瘀血剤について、「桂枝茯苓丸は実証の処方ですが虚証の患者さんに使ってもよいのですか」と質問されることがあります。この点について木村先生のお考えをお聞かせください。

木村 一般的に、「虚証には当帰芍薬散」「実証には桂枝茯苓丸」と言われますが、むしろ瘀血の虚実で考えることも大切です。体質が虚証でも瘀血が実証なら桂枝茯苓丸、体質が実証でも瘀血が虚証なら当帰芍薬散を処方するという考え方です。

中山 私は、血虚と瘀血を別に考えていましたが、血虚を軽い瘀血と捉えて良いですか。

木村 血虚は血の量的・質的な不足の病態ですが、瘀血が長く続くと必要なところに血が届かないので血虚になり

ます。気も同様です。コロナ禍において気のうっ滞が続くと必要なところに気が届かないので気虚になると考えています。

中山 瘀血の方は非常に多いですが、瘀血の治療に対する考え方を教えてください。

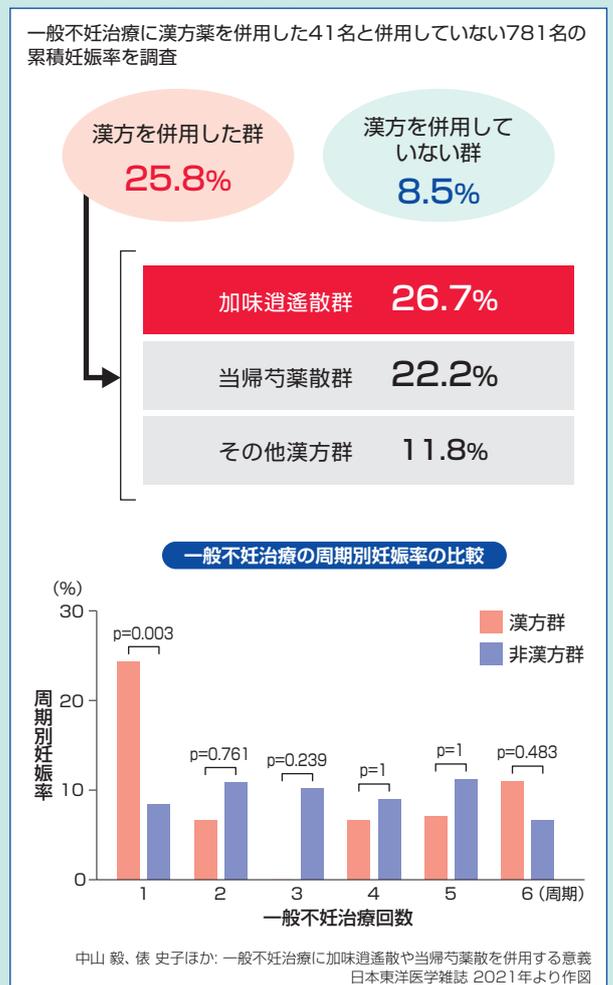
木村 その点については多くの先人の記述が参考になります(図5)。瘀血の徴候がある場合は瘀血を取り除く治療を優先します。特に慢性病では瘀血を伴うことが多いので、“こびり付いた”瘀血を取り除くことによって本来の証が見えてきます。

婦人科三処方の選択の考え方

中山 木村先生の外来には婦人科三処方が無効で治療に難渋されていた患者さんが多く紹介されると思いますが、これらの処方を選択されるような患者さんはいらっしゃいますか。

木村 多くあります。たとえば、当帰芍薬散は高齢者も含

図4 一般不妊治療の成績



めて幅広く使用できる処方です。また、加味逍遙散も気血水のバランスがとれた使い勝手の良い処方です。

中山 加味逍遙散を処方する世代は30歳代半ばから50歳代あたりが中心になると思います。

木村 そうだと思いますが、冒頭にお話しした老年期血の道症ではありませんが、人生100年時代を迎え、高齢者にも使用する機会が増えてくるように思います。

中山 婦人科三処方の選択において、私は舌診にも注目しています。歯痕舌があれば当帰芍薬散、暗赤色で舌下静脈怒張があれば桂枝茯苓丸、舌尖紅なら加味逍遙散というような見方もできると思います。不妊治療で多くのストレスを抱えていらっしゃると思いますが、そのような方の舌は細長く、舌の先端が赤い方が多いような気がします。そのような方には加味逍遙散を含め、心の熱を冷ます処方を使用すると良い感触があります。

木村 先生は婦人科三処方の他にどのような漢方薬を使用されていますか。

中山 加味逍遙散から治療を開始して、上手くいかない時や今一つというときには、3処方をローテーションするように少しゆずりをかけています。まずは加味逍遙散を1ヵ月程度服用していただくと思患者さんの治すべき姿が見えて

くるので、そこに何を足すか、何に変えるかというように、加味逍遙散を起点にバリエーションを考えています(図6)。



III 気の異常に対する漢方治療

コロナ禍における気の異常への対処 抑肝散加陳皮半夏

木村 コロナ禍において気の異常に伴う症状を訴える患者さんが増えていますね。

中山 コロナ前後で産婦人科疾患そのものに変化はありませんが、気の異常がより多様化している印象があります。

木村 さらに、今までは上手くいっていた処方を変更する必要があるケースが増えています。今までなら加味逍遙散でコントロールできた患者さんでも気の異常に伴って気虚、血虚をきたして十全大補湯や人参養榮湯に切り替える、あるいは半夏厚朴湯が必要となるといったケースが増えています。

中山 私は加味逍遙散ではコントロールが困難な場合に抑肝散加陳皮半夏を選択しています。抑肝散加陳皮半夏は若年女性よりもむしろ子育て世代の方のPMSに良い印象があります。

木村 加味逍遙散と抑肝散加陳皮半夏をどのように鑑別されていますか。

中山 熱を帯びているような状態であれば加味逍遙散の清熱作用を期待します。抑肝散加陳皮半夏は感情がジェットコースターのように変化するような方に良い印象があります(図7)。

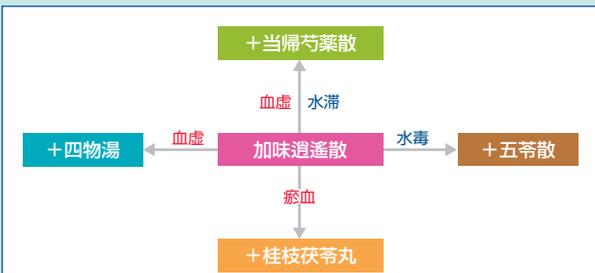
図5 瘀血の治療 -漢方のひとゆずり-

- 大塚敬節「症候による漢方治療の実際」
「湯本求真先生によれば慢性病はすべて瘀血に関係ある」
→ 慢性的な症状の背景に瘀血が存在する可能性あり
- 松田邦夫「症例による漢方治療の実際」
「漢方のひとゆずり」と題して本来の治療の前処置
「主として慢性病患者を扱う私たち漢方研究医は、瘀血の概念にまず突き当たる。
慢性病では種々の瘀血がみられる。
その現れ方もさまざまで、瘀血の治療は漢方に特徴的な治療手段となっている」
中将湯診療所 吉村得二
慢性で治りにくい患者に対して、まず1週間 桂枝茯苓丸料を飲ませて、その後で随証の薬方を投与したことも記されている。

瘀血の徴候がある場合は瘀血を取り除く治療を優先する。
特に、慢性病では瘀血が伴うことが多く駆瘀血剤の活用が重要。

木村 容子 先生 ご提供

図6 私が実践する女性三処方の併用



中山 毅 先生 ご提供

図7 抑肝散加陳皮半夏と加味帰脾湯の比較

	抑肝散加陳皮半夏	加味帰脾湯
構成生薬の数	7	14
私が感じる風味	ほんのり甘い	少し苦みと甘味あり(複雑)
効能・効果	虚弱な体質で神経がたかぶるものの次の諸症: 神経症、不眠症、小児夜なき、小児疳症	虚弱体質で血色の悪い人の次の諸症: 貧血、不眠症、精神不安、神経症
処方イメージをグラフで表すと(独自の見解)		

中山 毅 先生 ご提供

これからの女性医療における漢方への期待 — 女性の一生を支える漢方 —

コロナ禍における気の異常への対処 加味帰脾湯

木村 先生は加味帰脾湯を選択されることはありますか。

中山 漢方の勉強を始めた当初、加味帰脾湯という処方イメージが湧きませんでした。ところが先日、“この人こそ加味帰脾湯だ”と思える患者さんを経験しました。患者さんは30歳代の方で、もともとはお元気な方なのですが、コロナ禍で激務に追われ顔色も悪い状態でした。この方に加味帰脾湯を服用していただいたところ、お元気に生まれ、顔色もよくなりました(図8)。

木村 30歳代中ごろになりますと、加味逍遙散を選択する年齢ですね。私も今までは加味逍遙散を服用されていた更年期女性がコロナ禍で加味帰脾湯に切り替えるという症例を経験しています。

中山 加味帰脾湯の処方イメージを先ほどの抑肝散加陳皮半夏と比較すると、感情が落ちて這い上がれないような状態が続くときに用いると良いという印象があります(図7)。

その他には、加味逍遙散では効果が不十分な症例には柴胡剤に駆瘀血剤を足すことがあります。これは、湯本求真先生の「柴胡剤が適応となる症候は瘀血を認めやすい」との教えに基づいています(図9)。コロナ禍で外出しなくな

り、運動不足でストレスも多く便秘傾向の方には桂枝茯苓丸と大柴胡湯を併用しています。また、柴胡加竜骨牡蛎湯も多く使用しています。特に大黄が配合されている製剤では向精神作用や微小循環改善作用も期待できます。さらに、こびりついている瘀血を取り除くために用いる桂枝茯苓丸も使い勝手の良い処方だと思います。

木村 不妊治療を受けている患者さんはストレスを多く抱えていると思いますが、先生はどのように対処されていますか。

中山 まずは患者さんが抱えているストレスを言語化していただきます。ストレスを吐き出してスッキリされると、漢方治療の主眼をどこに置けばよいかが見えてくることがあります。

IV これからの女性医療における漢方

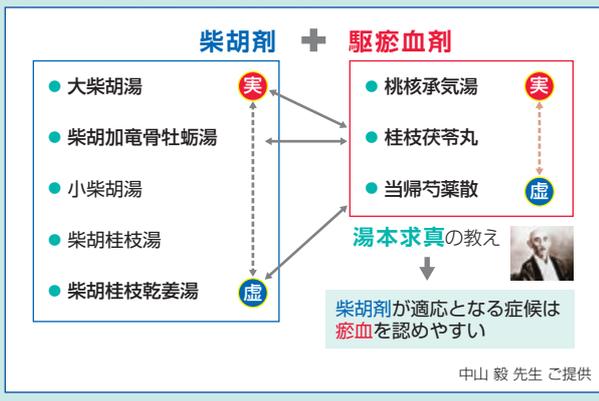
中山 木村先生のお考えをうかがって非常に勉強になりました。私は漢方のエキスパートではありませんが、漢方診療において患者さんに寄り添いながら丁寧な診察ができると自負しておりますし、何よりも患者さんから喜びの声をお聞きすると、医療者としてこれほどうれしいことはありません。女性に限らずこれからの医療において漢方は欠くことのできない治療手段であり、苦痛を抱えておられる一人でも多くの方の“延年益寿”に貢献すると思っています。

木村 漢方は病気の治療だけでなく、健康増進や老化も含めた治療手段であり、“人生100年時代”のポジティブ・エイジングに強力な武器の一つです。コロナ禍が続くだけでなく、不穏な社会情勢の渦中で誰しもが何らかの不調を抱えていらっしゃると思いますが、広く漢方が活用されることで健康やかに人生を全うされることを願っています。

図8 加味帰脾湯の使用経験



図9 柴胡剤と駆瘀血剤の併用



取材：株式会社メディカルパブリッシャー 編集部
写真：山下裕之

