

I-7

よくある女性の症候の診かた

冷え・のぼせ 肩こり・むくみ

森 裕紀子

北里大学東洋医学総合研究所 医師

Point ① 気血水の概念の説明ができる。

Point ② 簡単な舌診ができる。

Point ③ 婦人科三大処方の使い分けができる。

Point ④ 漢方薬の服薬指導ができる。

はじめに

女性によくみられる愁訴として、冷え、のぼせ、肩こり、むくみなどがある。冷えは頭痛、腹痛、疲労感、下痢などの原因となることもある。これらは西洋医学的に異常所見がないことも多い。そのような場合に、漢方薬は有効な治療法の1つであり、とくに冷えの治療は漢方が得意とする分野である。しかし、漢方薬は種類が多く、何を処方しようか迷うであろう。この章では、女性によく処方される漢方薬について説明する。漢方で病態を把握するのに、①**気血水**、②六病位、③五臓の3つの方法がある。女性の慢性の愁訴に対しては、気血水から考えて**婦人科三大処方**（①**とうきしゃくやくさん** 当帰芍薬散、②**けいしおくりようがん** 桂枝茯苓丸、③**かみしょうようさん** 加味逍遙散）を処方することで、大部分は対応できる。これらの使い分けができることを目標に解説する。

1. 婦人科三大処方

気血水の概念¹⁾

「気」とは、生命活動を営む根源的なエネルギーである。気の異常は大きく3つに分類される。①気が不足している「気虚」、②気が停滞している「気うつ」、③気が逆流する「気逆」である。「血」とは生体の物質的側面を支える赤い液体で、身体に必要な栄養をもたらし、身体の形を作り出している源である。血の異常では、血の量が不足している「血虚」、血の流れが停滞している「瘀血」の2つがある。「水」は血以外の全身を巡る無色の液体のことで、水が身体の一部の部位に停滞した病態が「水滞」である。各々の具体的な症状を、**表1**・**表2**に示す。

とうきしゃくやくさん 当帰芍薬散の処方により症状が改善した症例

症例1 33歳の女性

【主訴】 冷え症、むくみ

【現病歴】 昨年から冷えが辛くなってきた。とくに手

表1 気の異常（文献²⁾ より引用改変）

気虚	気うつ	気逆
元気が出ない	頭が重い	発作性の冷え
だるい	咽喉がつまる	のぼせ
疲れやすい	胸脇が痛む	動悸
食欲・意欲がない	腹がはる	頭痛
貧血	四肢の痛み	ゲップ
		発汗
		不安感や焦燥感

表2 血・水の異常（文献³⁾ より引用改変）

血虚	瘀血	水滞
皮膚のかさつき	口乾	むくみ
爪がもろい	色素沈着	めまい
髪がぬける	唇や舌の暗赤色化	立ちくらみ
不眠	痔	頭重感
集中力低下	月経異常	悪心
こむら返り	疼痛	下痢

足末端が冷え、夕方になると足がむくんでだるく、ときどき立ちくらみがある。また、月経前に頭痛がある。**【月経歴】**最終月経は某月8日から5日間。28日周期。月経痛があり、鎮痛薬を服用する。**【身体所見】**自覚症状：小便 5回/日、大便 1行/日、冷えると下痢をする。食欲、睡眠は問題なし。肌は乾燥しやすい。漢方学的診察：＜脈診＞沈・虚。＜舌診＞歯痕を認める（**図1**）。＜腹診＞腹力・中等度、左右の臍傍部に圧痛を認める。

【経過】血虚（肌の乾燥）、水滞（むくみ・歯痕）、瘀血（月経痛・臍傍部の圧痛）と考え、**とうきしゃくやくさん** 当帰芍薬散エクス7.5 g/日を投与した。結果、2週間後足の浮腫が改善してきた。4週間後、月経時の鎮痛薬の服用回数が減った。3か月後、手足の冷えが改善した。月経痛は少しあるが、鎮痛薬は服用しなくて済む。現在、服用を継続中である。

とうきしゃくやくさん 当帰芍薬散

当帰芍薬散は、水滞を改善させる生薬（茯苓・蒼朮・**ぶくりょう** 沢瀉）と血を補う生薬（**とうき** 当帰・**しゃくやく** 芍薬）と瘀血を改善させる生薬（川芎）からなる（**図2**）。舌の診察（**図1**）において、舌の辺縁に歯形がついているものを歯痕といい、水滞や気うつの際に認める所見である。当帰芍薬散が合う人・症

I-7. 冷え・のぼせ・肩こり・むくみ

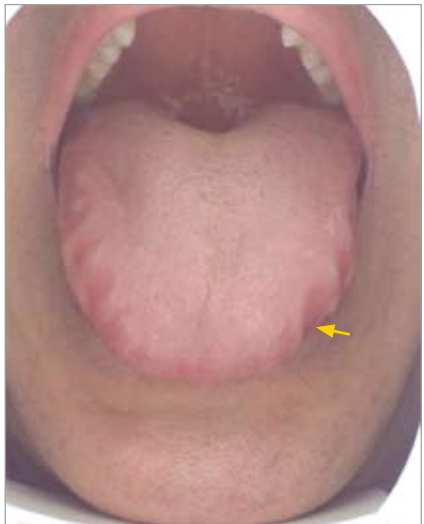


図1 症例1：舌診（歯痕）

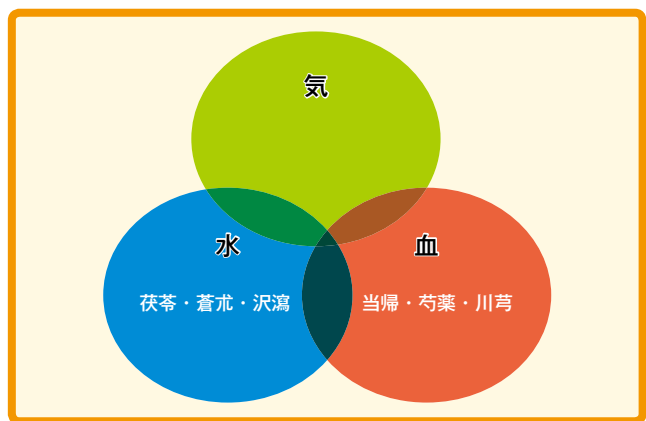


図2 **とうきしゃくやくさん**
当帰芍薬散の構成生薬

表3 **とうきしゃくやくさん**
当帰芍薬散証のイメージ

血虚	顔色不良、皮膚カサカサ、爪がもろい、過少月経、月経不順、疲れやすい、色白、痩せ型
水滞	むくみやすい 、めまい、立ちくらみがする、冷える、 手足末端が冷える 、下痢傾向

状のイメージを**表3**に示す。このイメージに合う患者の愁訴であれば、頭痛、冷え、下痢、浮腫は、当帰芍薬散1つで改善する。

注意

当帰芍薬散の当帰や川芎は、胃に負担がかかることがある。胃が弱そうな人は食後の服用や、5 g/日と少なめから開始する。あるいは**りっくんしとう** 六君子湯や**あんちゅうさん** 安中散を併用する。