

太陽病の口訣

- のどチクの風邪(藤平先生)

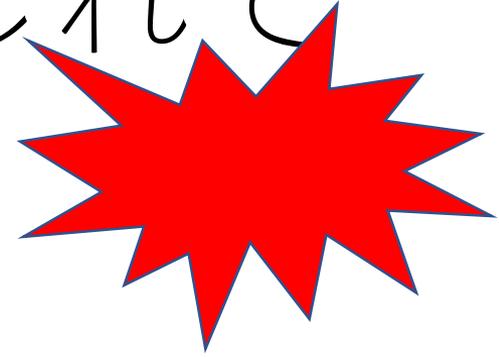
(中間証) 桂枝麻黄各半湯――自汗あり

桂枝二越婢一湯――口喝あり

(エキス桂枝湯＋越婢加朮湯)

- 陰証ののどちくの風邪 (寒気しかない方)
麻黄附子細辛湯

風邪が治らず、こじれて
しまった時
次の一手は！



六病位（時期）

病 期

陽 証

陰 証



↑ 病気の始まり

病気の進行方向

↑ 死亡

少陽病

提綱

少陽の病たる、口苦く、咽乾き、目眩くなり

部位

半表半裏証 熱証

症候

口苦、咽乾、舌苔白、食欲不振、悪心

(急性病) 往来寒熱

脈 弦脈など、舌 乾燥した白黄苔、腹 胸脇苦満

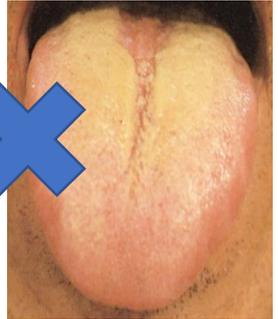
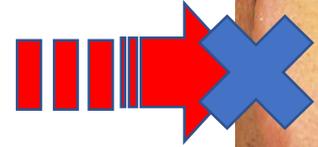
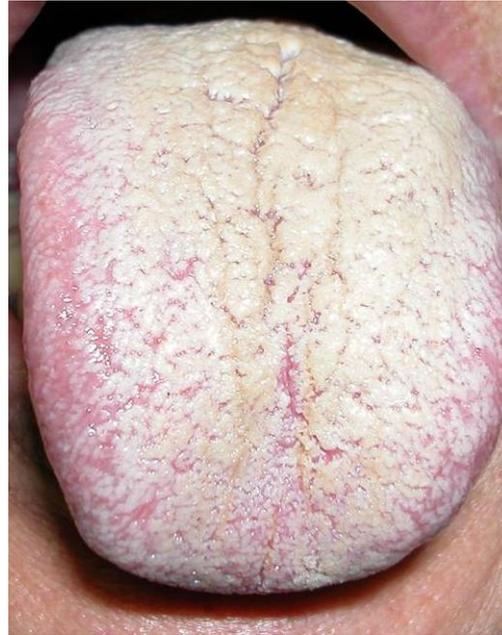
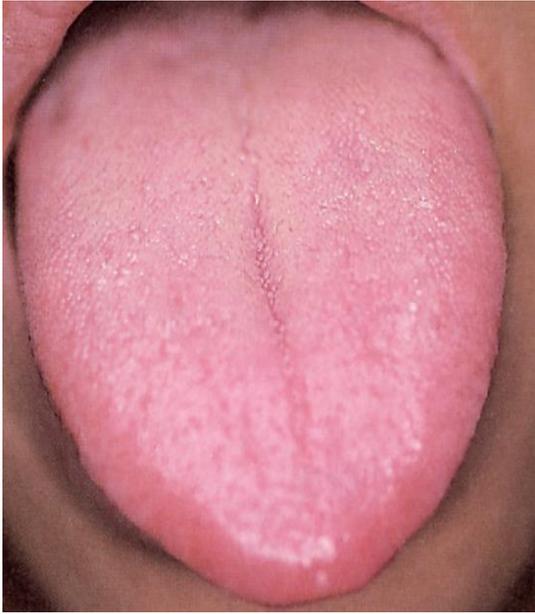
心下痞鞭

主な薬方

柴胡剤 (柴胡・黄芩)、瀉心湯 (黄連・黄芩)、

どうして少陽病になった
かわかるのか？

舌 診



一夜にして !

食い止めないと ! ?

厚い白黄舌 = 陽証、熱証を疑わせる所見

症例 4

42歳の女性

数日前に風邪を引き、市販薬を服用していたが良くなり
ならない。夕方になると37.0度ほどあり、熱っぽ
く、咳も出る。

食欲がなく、口の中が苦いという。脈は浮いておら
ず弦。腹力は中等度、胸脇苦満がみられる。

虚実の判定：中間証

症例4

42歳の女性

数日前に風邪を引き、市販薬を服用していたが良くなり
ならない。夕方になると37.0度ほどあり、熱っぽ
く、咳も出る。

食欲がなく、口の中が苦いという。脈は浮いておら
ず弦。腹力は中等度、胸脇苦満がみられる。

寒熱の判定：熱証

症例4

42歳の女性

数日前に風邪を引き、市販薬を服用していたが良
ならない。夕方になると37.0度ほどあり、熱っぽ
く、咳も出る。

食欲がなく、口の中が苦いという。脈は浮いておら
ず弦。腹力は中等度、胸脇苦満がみられる。

六病位の判定：少陽病

*1 往来寒熱

*2 口苦

症例4

42歳の女性

数日前に風邪を引き、市販薬を服用していたが良く
ならない。夕方になると37.0度ほどあり、熱っぽ^{*1}
く、咳も出る。

食欲がなく、口の中が苦い^{*2}という。脈は浮いておら
ず弦。腹力は中等度、胸脇苦満がみられる。

症例4 42歳の女性

数日前に風邪を引き、市販薬を服用していたが良くならない。夕方になると37.0度ほどあり、熱っぽく、咳も出る。

食欲がなく、口の中が苦いという。脈は浮いておらず弦。腹力は中等度、胸脇苦満がみられる。

この患者には

「小柴胡湯」を処方するのが適切でしょう。

少陽病期の感冒

- ✓ 発病4～5日以後
- ✓ 柴胡剤

実証



小柴胡湯（中間—やや実）

柴胡桂枝湯

柴胡桂枝乾姜湯

虚証

柴胡剤

柴胡（・黄芩）の配された薬方を総称
～現代医学の消炎剤・解熱鎮痛剤に相当

使用目標

1. 口苦、口渇、めまい、嘔気、食べ物の味がしない、食欲不振、往来寒熱
2. 胸脇苦満、脈弦、舌白苔
3. 浅黒いくすんだ顔色、骨格が細い、湿疹や蕁麻疹、胆石、肝機能障害、結核など解毒体質を疑う既往歴
4. 少陽経に反応（凝り、痛み）殊に右側に反応が強い、。

小柴胡湯の加味方

- 喉が痛い（咽頭炎・扁桃腺炎疑い）
小柴胡湯加桔梗石膏
- 喘息様の咳
柴朴湯（小柴胡湯合半夏厚朴湯）
- 心窩部の痛みや呼吸時の痛み
柴陷湯（小柴胡湯合小陷胸湯）

すべて、抗生剤の併用は考慮してください。

小柴胡湯の添付文書より

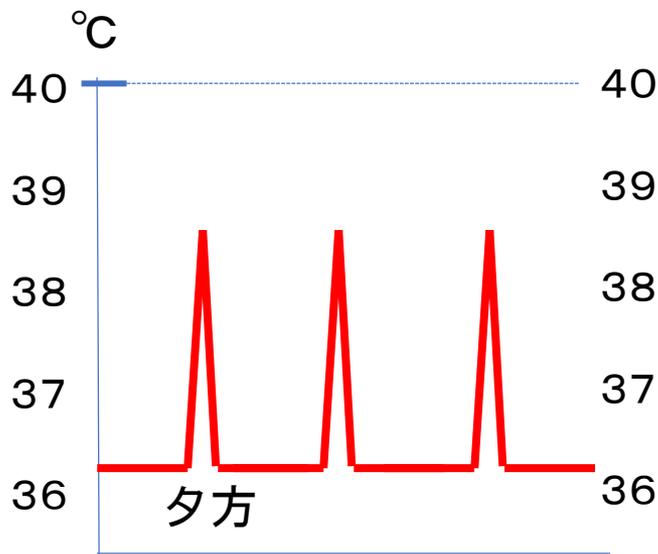
【警告】

1. 本剤の投与により、間質性肺炎が起こり、早期に適切な処置を行わない場合、死亡等の重篤な転帰に至ることがあるので、患者の状態を十分観察し、発熱、咳嗽、呼吸困難、肺音の異常(捻髪音)、胸部X線異常等があらわれた場合には、ただちに本剤の投与を中止すること。
2. 発熱、咳嗽、呼吸困難等があらわれた場合には、本剤の服用を中止し、ただちに連絡するよう患者に対し注意を行うこと。
(「重大な副作用」の項参照)

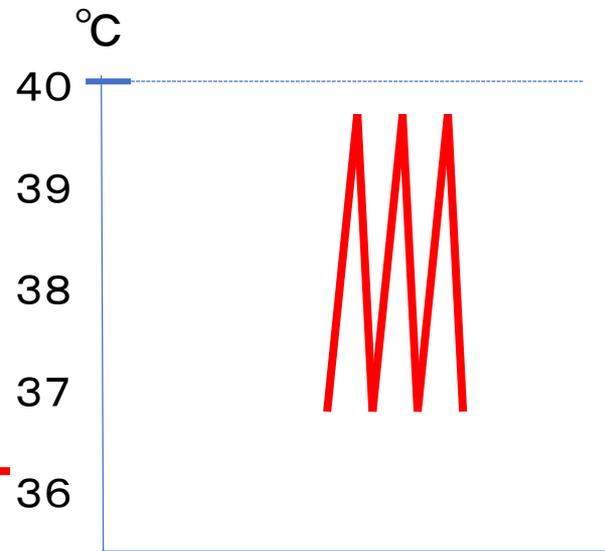
【禁忌(次の患者には投与しないこと)】

1. インターフェロン製剤を投与中の患者(「相互作用」の項参照)
2. 肝硬変、肝癌の患者 [間質性肺炎が起こり、死亡等の重篤な転帰に至ることがある。]
3. 慢性肝炎における肝機能障害で血小板数が 10 万/ mm^3 以下の患者 [肝硬変が疑われる。]

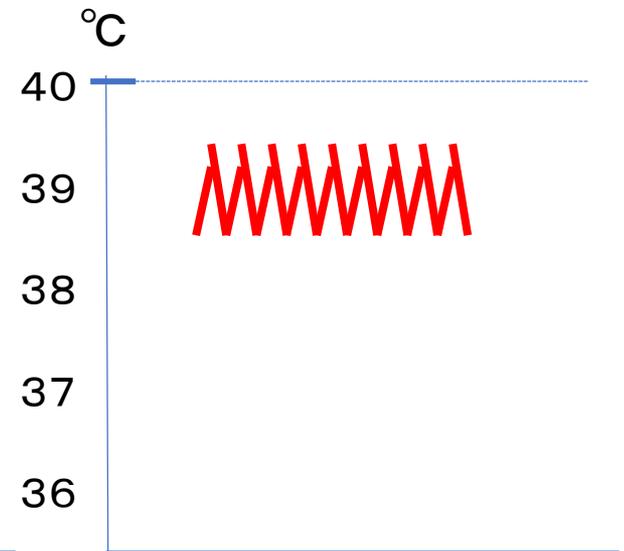
病位と熱型



周期熱
(太陽病)



弛張熱
往来寒熱
(少陽病)



持続熱・稽留熱
(陽明病)

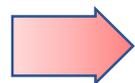
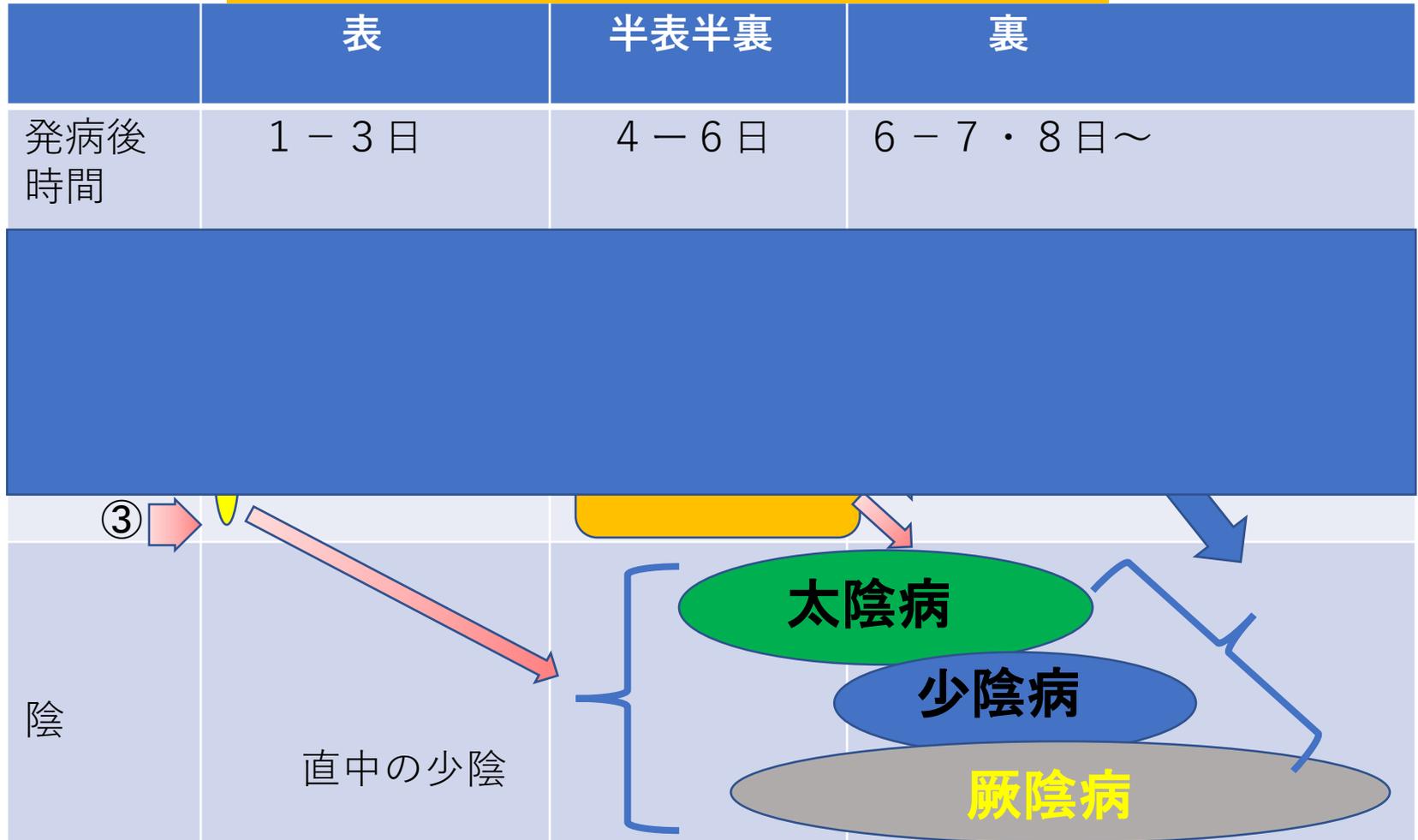
長引いて陽明病まで行ったら

- 入院可能な医療機関への紹介
(点滴の必要性)

- 抗生物質は 多くの場合併用が必要。
となると

漢方薬（サポニン系：配糖体）の効果が減少する可能性がある

病の転変(寺澤先生)



病邪の侵入

①~③

進展のパターン

寺澤捷年の図改変

陰証の風邪

直中（じきちゅう）の少陰病から始まることも

少陰病とは

陰証の典型的状態。

代表的症状は水様性下痢、
四肢厥冷、悪寒、心臓衰弱
気力困憊、意識朦朧
胸内苦悶、煩悶、

症例 5

77歳の女性

昨日から背筋がぞくぞくし、熱は36.9度であった。

体がだるく、起きているのが辛く、寝ていたいと

いう。脈は沈んで細い。

虚実の判定：虚証

症例5

77歳の女性

昨日から背筋がぞくぞくし、熱は36.9度であった。

体がだるく、起きているのが辛く、寝ていたいと

いう。脈は沈んで細い。

寒熱の判定：寒証

症例5

77歳の女性

昨日から背筋がぞくぞくし、熱は36.9度であった。

体がだるく、起きているのが辛く、寝ていたいという。脈は沈んで細い。

六病位の判定：少陰病

症例5

77歳の女性

昨日から背筋がぞくぞくし、熱は36.9度であった。

体がだるく、起きているのが辛く、寝ていたいと

いう。脈は沈んで細い。

症例5

77歳の女性

昨日から背筋がぞくぞくし、熱は36.9度であった。
体がだるく、起きているのが辛く、寝ていたいと
いう。脈は沈んで細い。

この患者には

「麻黄附子細辛湯」を処方するのが適切でしょう。

桂枝湯 or 麻黄附子細辛湯

桂枝湯

✓ 虚証

✓ 熱証

✓ 太陽病

麻黄附子細辛湯

✓ 虚証

✓ 寒証

✓ 少陰病 (直中の少陰)

少陰病の感冒薬

「少陰の病たる、脈微細、但だ寝んと欲する也。」

(傷寒論)

5 - 1 . 少陰病・表寒型の治療

	方剤	特徴的症狀
虚証	麻黄附子細辛湯	悪寒, 咳嗽, 咽痛 (脈細弱)

5 - 1 . 少陰病・裏寒型の治療

	方剤	特徴的症狀
虚証	真武湯	四肢の冷え, 全身倦怠感, 下痢, めまい, むくみ
	四逆湯 (エキス製剤 にない)	四肢の冷え, 不消化下痢, 全身倦怠感

感冒に関する口訣

- 香蘇散

もたれやすい方・高齢者の感冒のファースト
チョイス

- 参蘇飲

上記の方々がこじれた場合

- 感冒後に寝れなくなった場合

竹じょ温胆湯

感冒に関する口訣

中級者用

気管支炎・気管支ぜんそく用の症状

- ・麻杏甘石湯
- ・五虎湯（麻杏甘石湯に咳に対する生薬が加わる）
- ・柴朴湯
- ・苓甘姜味辛夏仁湯（麻黄でもたれそうな方）

上記がこじれた

神秘湯（ストレスが加わる）

半夏厚朴湯

咽頭部の異常感に頻用
それでは応用が利かない

半夏厚朴湯

出典：『金匱要略』（婦人雜病脈証并治第二十二）

婦人咽中如有炙臠，半夏厚朴湯主之。

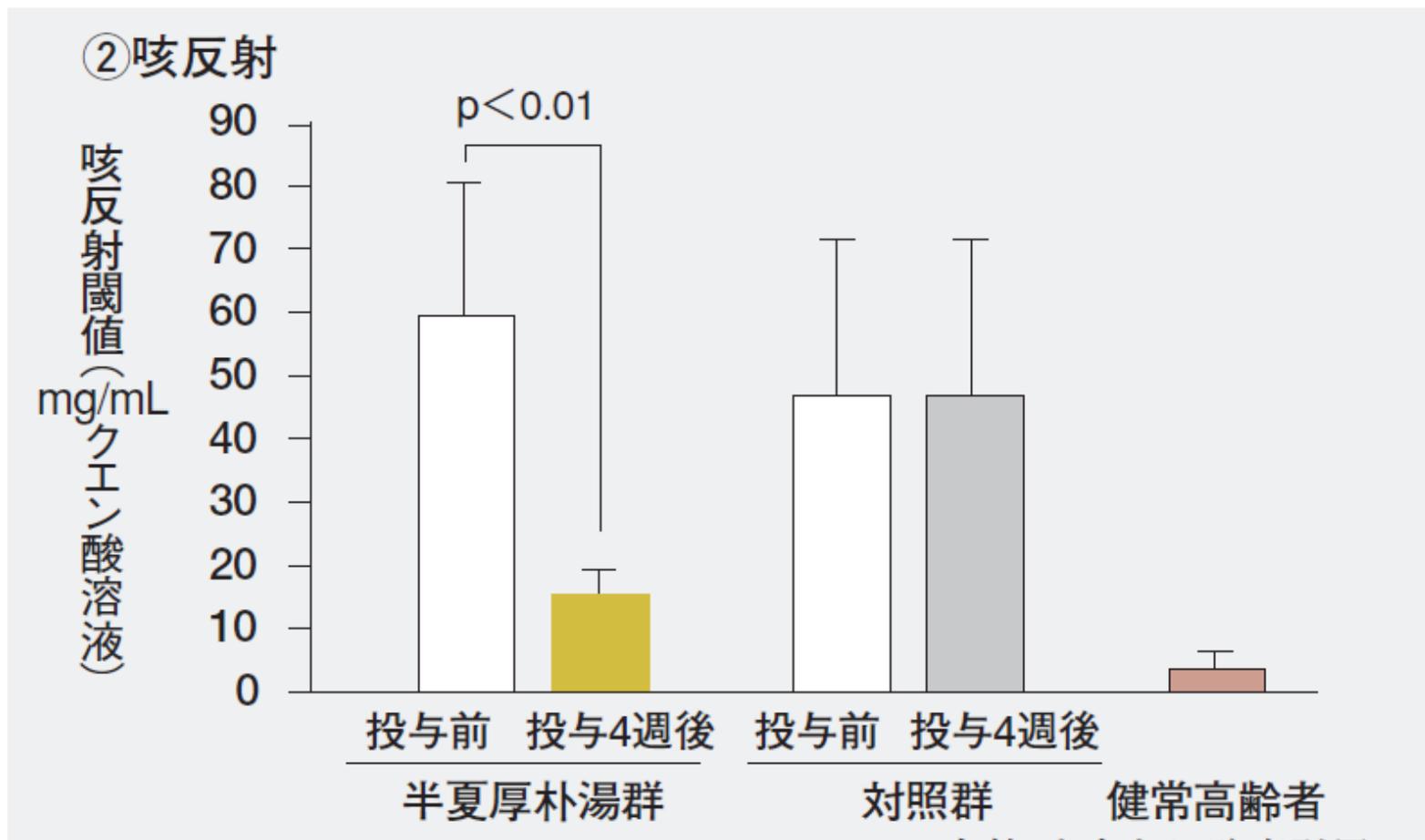
婦人咽中に炙臠（焼肉）があるような感じがする時は半夏厚朴湯がよい

効能・効果

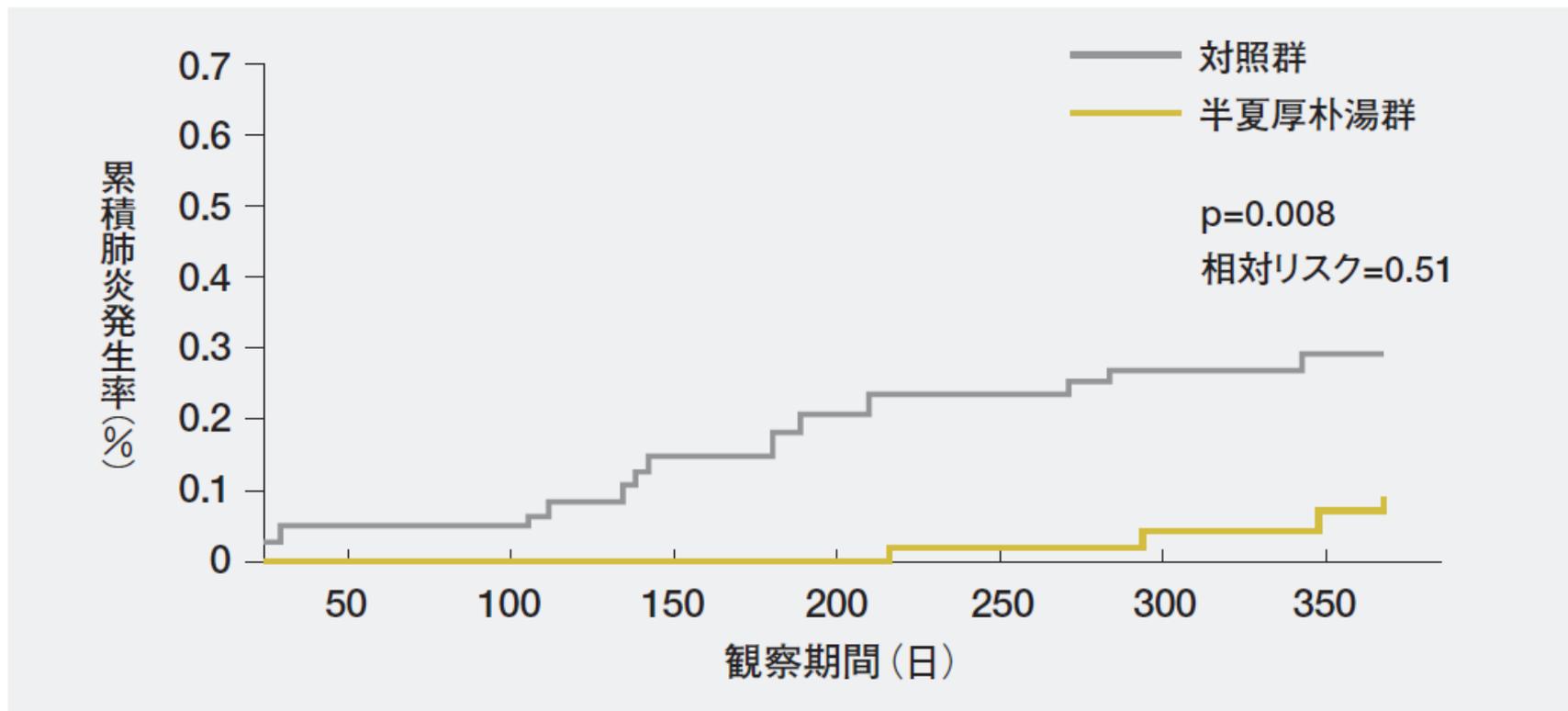
体力中等度：気分がふさいで、咽喉・食道部に異物感があり、ときに動悸、めまい、嘔気などを伴う次の諸症：
不安神経症、神経性胃炎、つわり、せき、しわがれ声、のどのつかえ感

（ツムラホームページから）

半夏厚朴湯による咳反射の改善



半夏厚朴湯の 誤嚥性肺炎発生予防効果



脳梗塞患者の唾液中の substance P 濃度の上昇

脳梗塞患者の反射経路を担う substance P ニューロンの活性化

Iwasaki K, et al. Journal of American Geriatrics Society 55: 2035. 2007

半夏厚朴湯の生薬構成

小半夏加茯苓湯：

つわり、そのほかの諸病の嘔吐

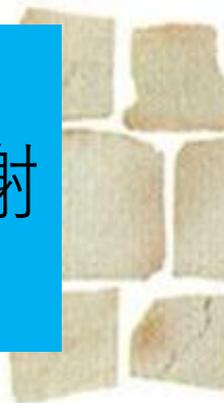
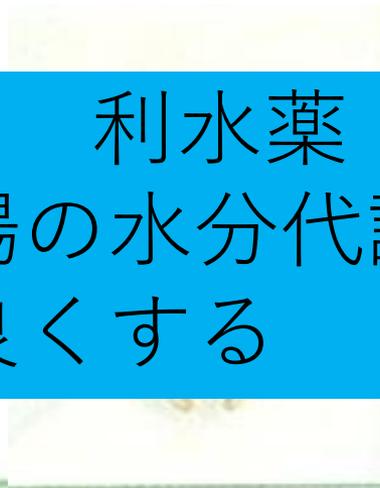
(急性胃腸炎、湿性胸膜炎、水腫性脚気、蓄膿症)

+

厚朴と蘇葉

日局半夏	6 g	茯苓	5 g	生姜	1 g
厚朴	3 g	蘇葉	2 g		

半夏厚朴湯



巡気薬
気のめぐりを良く
する
(自律神経作動薬)

半夏

生姜

茯苓

厚朴

蘇葉

まとめ

半夏厚朴湯は

- **神経症**

⇒気分がふさいで、咽喉・食道部に異物感
咽頭部の反射の改善との関連

- **水滯（痰）が伴う咳などの症状**

それでは
乾燥した咳などの症状には？



麦門冬湯

乾燥した咳に頻用

麦門冬湯（29）

〔出典：金匱要略〕

組成

本品9.0g中、下記の割合の混合生薬の乾燥エキス6.0gを含有する。

日局バクモンドウ	... 10.0g
日局ハンゲ 5.0g
日局タイソウ 3.0g
日局カンゾウ 2.0g
日局ニンジン 2.0g
コウベイ 5.0g

用法及び用量

通常、成人1日9.0gを2～3回に分割し、食前又は食間に経口投与する。
なお、年齢、体重、症状により適宜増減する。

効能又は効果

痰の切れにくい咳、気管支炎、
気管支ぜんそく

使用上の注意(抜粋)

重大な副作用

- 1) 間質性肺炎
- 2) 偽アルドステロン症
- 3) ミオパシー
- 4) 肝機能障害、黄疸

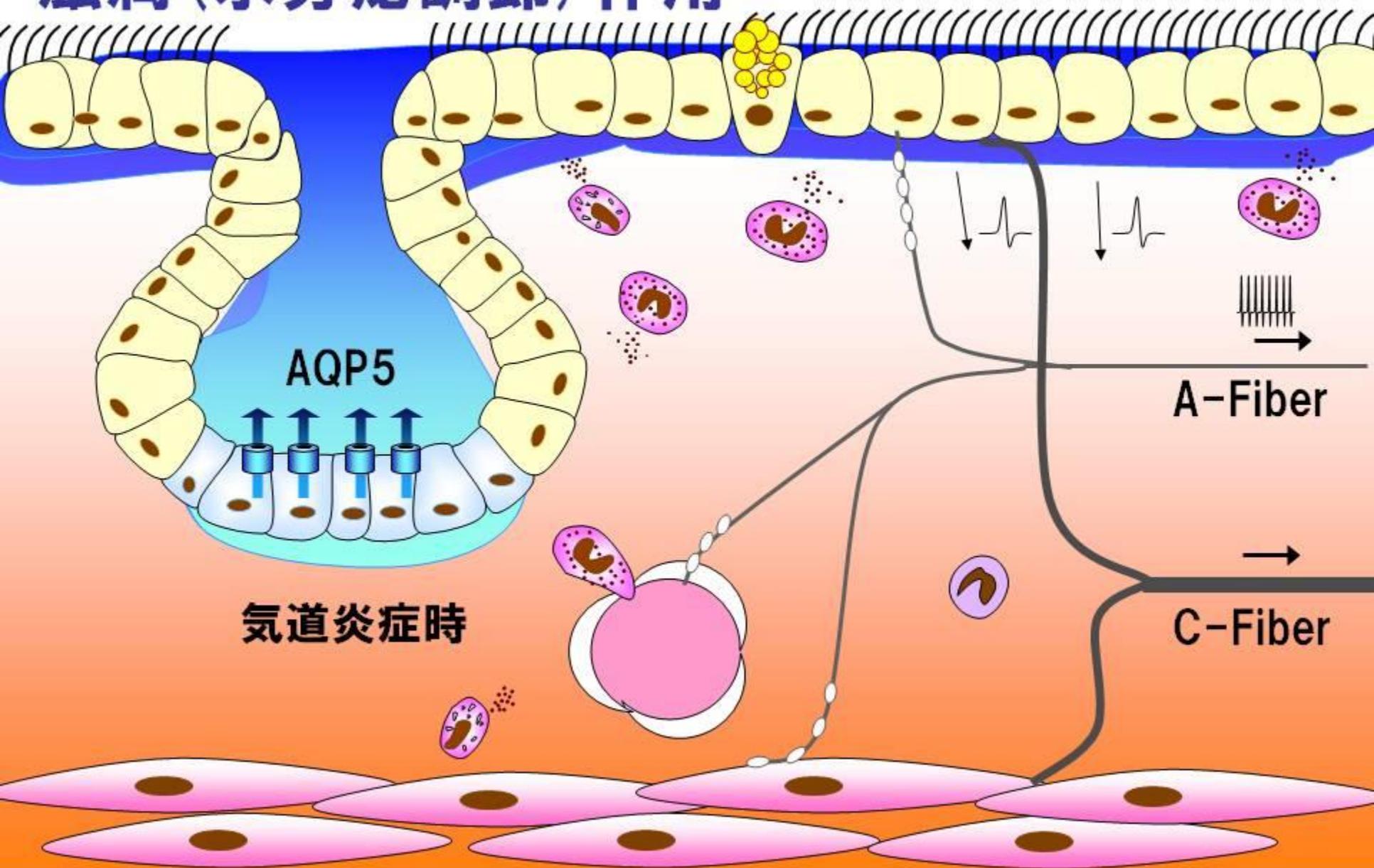
*その他の使用上の注意等は最新の添付文書をご覧ください。

麦門冬湯の薬理作用

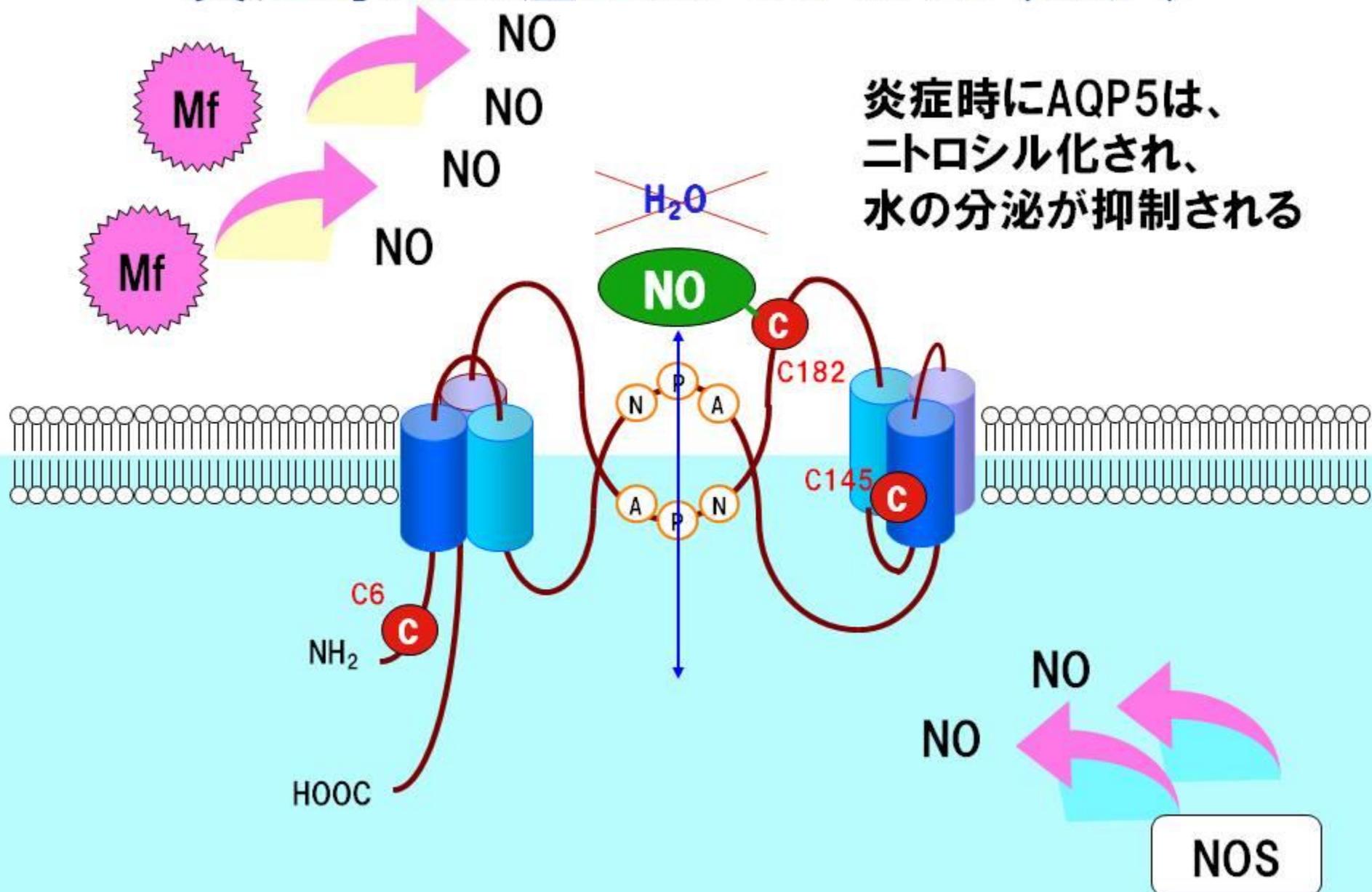
- 気道における末梢性鎮咳作用を有する
- 咳嗽を誘発するケミカルメディエーター（カプサイシン、サブスタンスPなど）の産生と遊離の抑制



滋潤（水分泌調節）作用

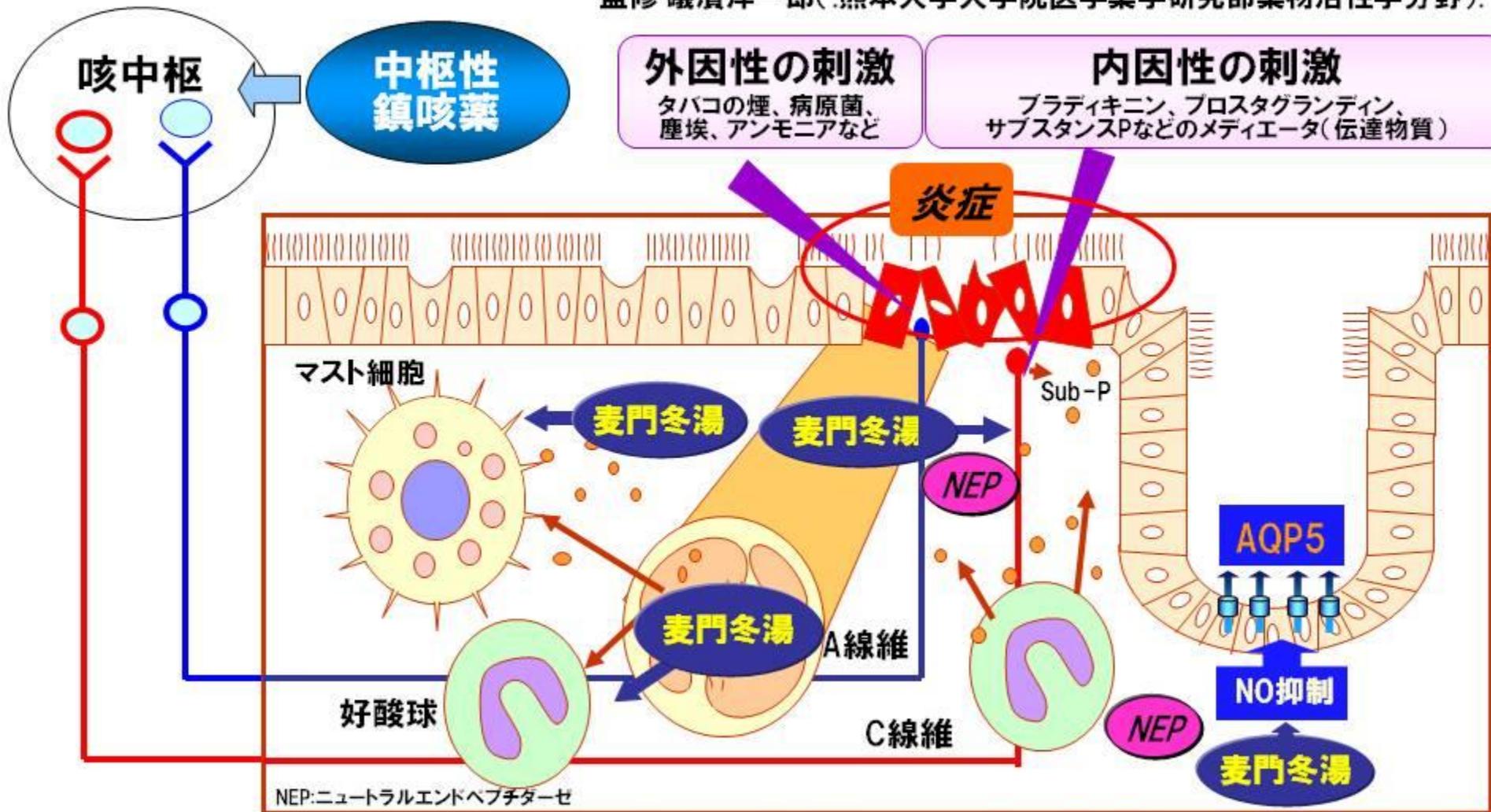


炎症時のNO産生とアクアポリン(AQP)



中枢性鎮咳薬と麦門冬湯の作用点

監修 磯濱洋一郎(熊本大学大学院医学薬学研究部薬物活性学分野)



- 炎症メディエータの遊離・産生の抑制、NEP活性維持 → C線維の過度の興奮性を抑制
- NO消去作用によりAQP5(アクアポリン5)の機能回復 → 水透過性の改善

こじれた咳

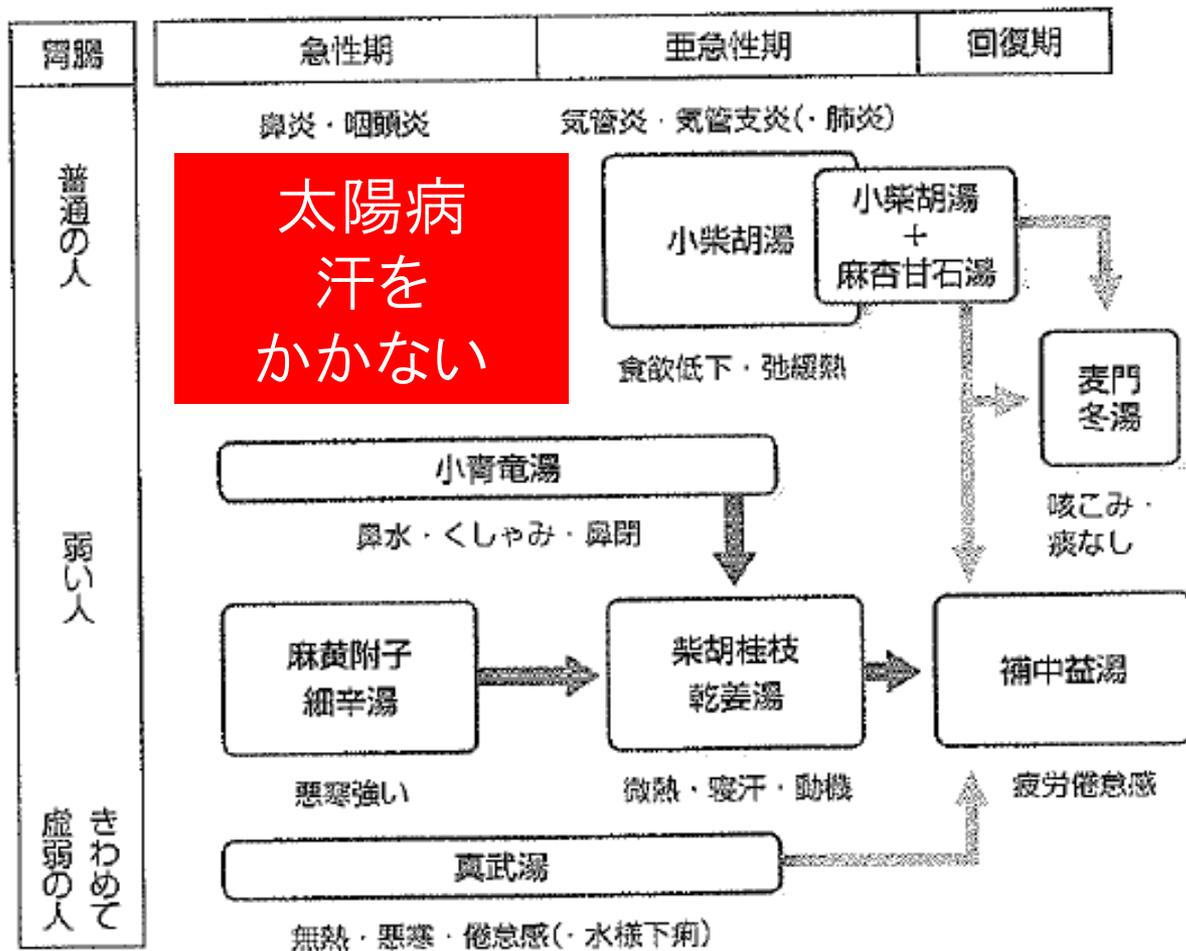
- 痰が多い

清肺湯

- 乾燥した咳

滋陰降火湯（乾燥が主体）

滋陰至宝湯（瘀血・神経質）



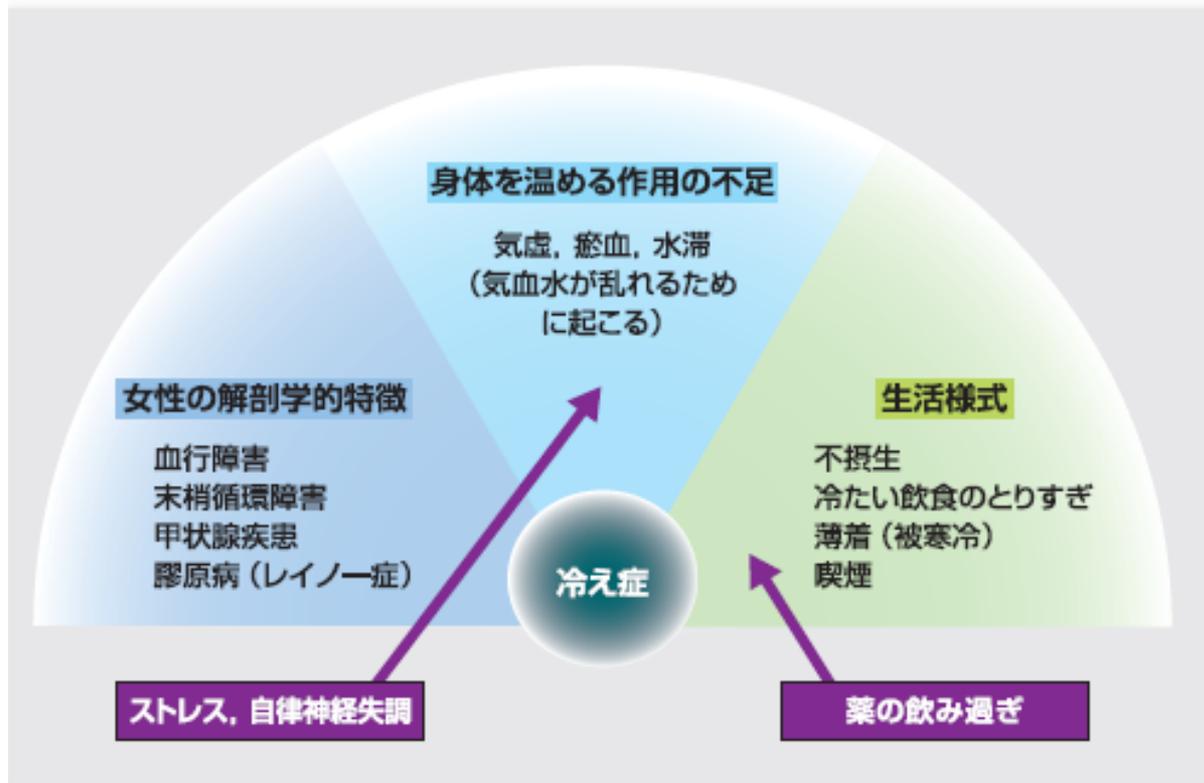
④② 感冒における葛根湯の使用の証

(松田邦夫ほか編：漢方治療のABC, 第1版, (五島雄一郎ほか監修,) 医学書院, 東京, 1992より引用改変)

冷え症の漢方的考え方

冷え性の原因

- 女性7割 > 男性1割（筋肉量の違い）



冷え性の3つのタイプ

高齢者型

(筋肉量の低下・代謝量の低下)

体の中の体温は生命維持のため36.5℃前後で維持されていますが、その熱は筋肉で作られています。筋肉がないと手足に回す熱がないので手足が冷えます。このタイプは筋肉の少ない高齢者や女性に多く、筋力をつける必要があります。



症状 低体温

改善策 ①運動 ②入浴 ③食事

冷えのぼせ型

(自律神経の調節障害)

体温を一定に保つために自律神経が発汗や血流を調節しています。しかし、このバランスが崩れると冷えの原因に。また、冷たいものを取りすぎると、自律神経は体温を上げようと血流を頭に上げ、下半身の血流を減らします。これが顔は熱く、足は冷たいという「冷えのぼせ」の状態です。



症状 いらいら・作業低下

改善策 ①食事 ②入浴 ③運動

ストレス型

(精神の興奮で手足が冷える)

緊張をすると手足に汗をかきますが、これは体温調整と関係の無い発汗です。緊張しやすい人は冬でも手のひらや足の裏に汗をかくため両手足が冷えてしまいます。仕事で緊張する場面がある若い男性に多いですが、最近は社会進出のためか女性にも増えている印象です。カラオケで大きな声を出すなどストレスを発散しましょう。

症状 不眠・便秘・不安

改善策 ①ストレス発散 ②運動 ③入浴

高齢者型（全身型）

新陳代謝の低下で熱産生ができない。

高齢者に多い。

胃腸の弱い人が多い（脾虚）

適応処方

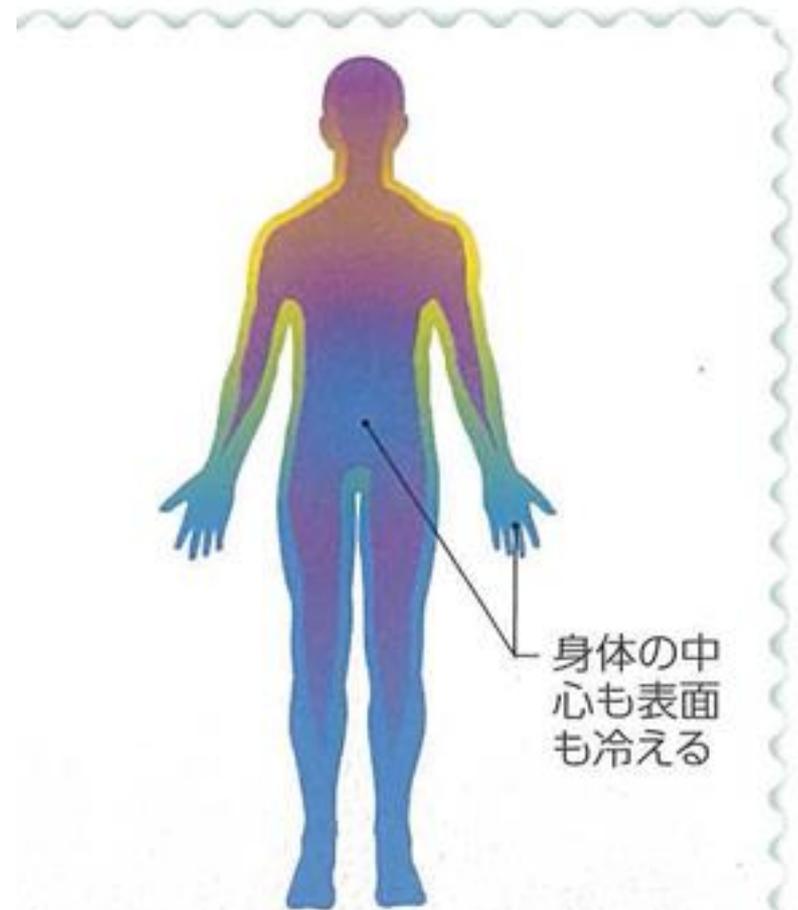
真武湯：顔色が青く眩暈・腹痛

人参湯：水溶性の下痢、唾液がたまる（胃の冷え）

茯苓四逆湯（真武湯＋人参湯）

六君子湯：食欲不振（症例）

生活習慣：運動、入浴、食事



図：伊藤 剛：東洋医学のきほん帳

六君子湯

出典:万病回春

効能又は効果

胃腸の弱いもので、食欲がなく、みぞおちがつかえ、
疲れやすく、

貧血性で手足が冷えやすいもの

の次の諸症:

胃炎、胃アトニー、胃下垂、消化不良、食欲不振、
胃痛、嘔吐

法及び用量

通常、成人1日7.5gを2～3回に分割し、食前又は食間に経口投与する。
なお、年齢、体重、症状により適宜増減する。

使用上の注意(抜粋)

重大な副作用

- 1)偽アルドステロン症
- 2)ミオパシー
- 3)肝機能障害、黄疸

六君子湯

- 蒼朮
- 人参
- 半夏
- 茯苓
- 大棗
- 陳皮
- 甘草
- 生姜類

(8種)



38歳 女性

(主訴) 食欲不振、全身倦怠感

(病歴) 半年前から食欲不振が続いている。疲れやすい。胃がもたれる。腹痛はない。手足の冷えは軽度あり。

上部消化管内視鏡・大腸内視鏡検査では異常はなかった。

(既往歴・家族歴) 特記事項なし

臨床経過

初診 六君子(3包分3 食前)処方

第2診(2週後)

足の冷えがなくなった(靴下を履き忘れる)

胃もたれがなくなり、食事がおいしい

疲れにくくなってきた

第3診(2か月後)

生活が楽(以前はほとんど毎日横になっていた)

体力がついてきて、やる気がでてきた

第4診(3か月後) 食欲はあるし、胃もたれはない

廃薬

ストレス型（四肢末梢型）

末梢の循環が悪く手足の先が冷える、月経不順を伴うことが多い

(寒(水滯)+瘀血・血虚)

10-20歳代の女性

や

ストレスの多い男性

適応処方

当帰四逆加呉茱萸生姜湯:

しもやけができる。

冷えに伴う腹痛

大変苦い薬(逆に内服できる人は証が一致している可能性が大きい(個人的意見))

(生活習慣)

ストレス発散、運動、入浴

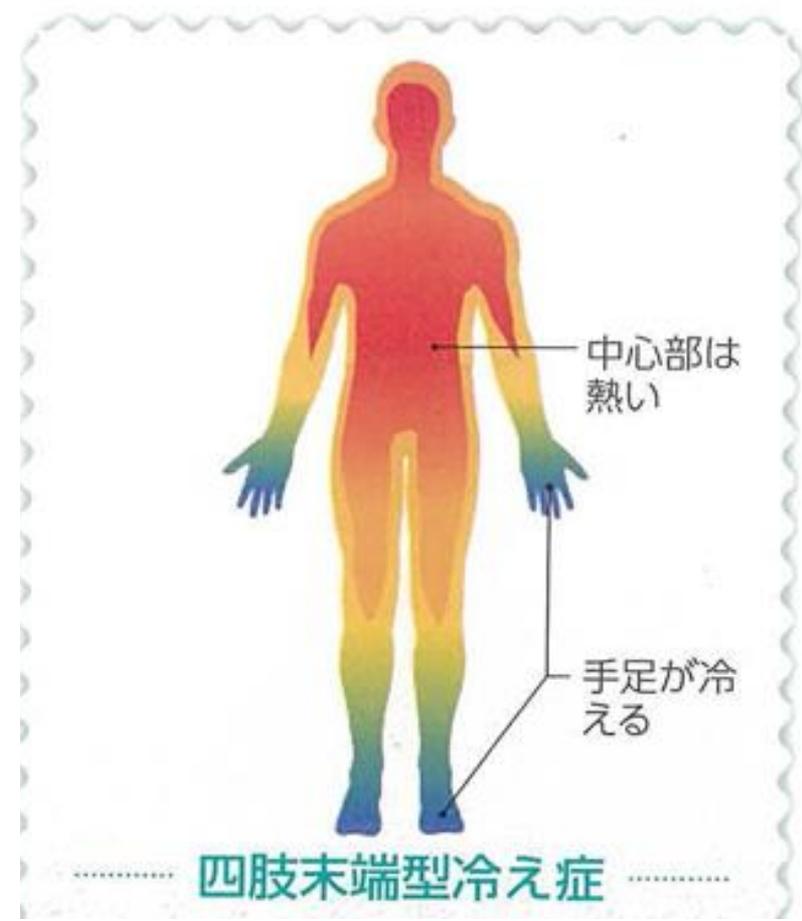


図:伊藤 剛:東洋医学のきほん帳

冷えのぼせ型（上熱下寒型）

上半身はのぼせ、下半身は冷える。イライラ、肩こりを伴う

（気逆＋瘀血・血虚）

30歳代以降の女性

適応処方

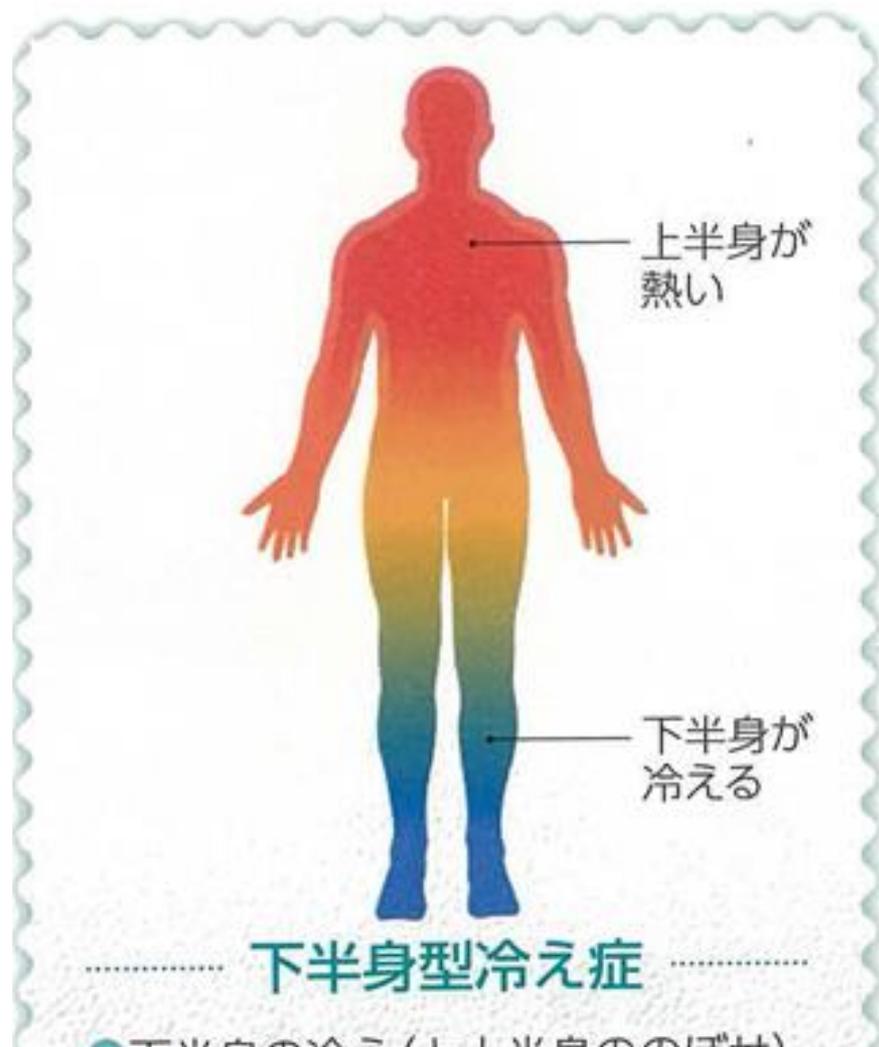
加味逍遙散：イライラ

桂枝茯苓丸：肩こり、腹部の圧痛

桃核承気湯：桂枝茯苓丸で便秘を伴う

五積散：腰の痛み、冷房病

生活習慣：冷たいものを避ける



冷え症での漢方薬 使用時のポイント

生活習慣への介入が必須

日常生活で何に
気をつければいいのか？

実例

冷え症の26歳の女性

漢方薬で冷え症に何かいい薬はないかとある冬に来院



ある漢方薬を処方したが、
あまり効かないとのこと。



さらに体を温める薬にしても全く変わらないと...



実例1 冷え症の26歳の女性

Q:何か冷たいものは食べていませんか？

A:何も食べていません！

ところが

Q:アイスクリームは食べていませんか？

A:はい。大好きで夜はよく食べていますが....

その他:冷えたヨーグルト、大量の果物



気逆と寒性の食事

- のぼせ・ホットフラッシュの方
熱いので、冷たいものを食べることが多い

特に漢方薬を飲んでも治りにくい方

こむら返りが多い

(対応) 芍薬甘草湯を毎日寝る前内服

気逆の方はなぜ冷たいものを
食べてはいけないのか？

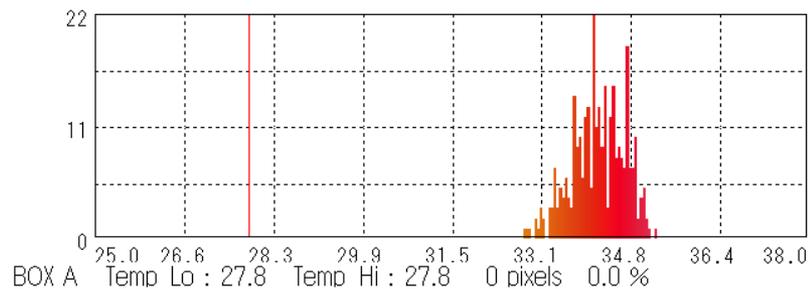
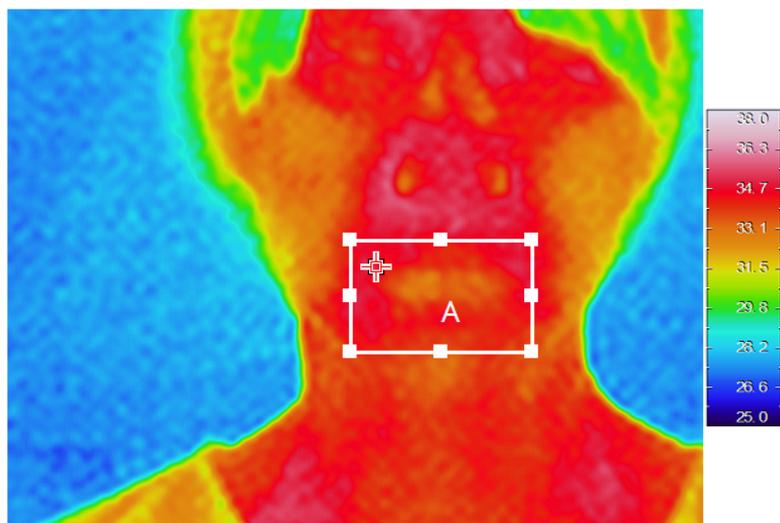


冷たいアイスを食べると
熱くなる？！

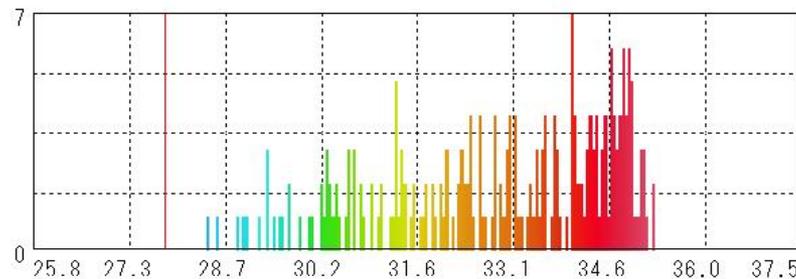
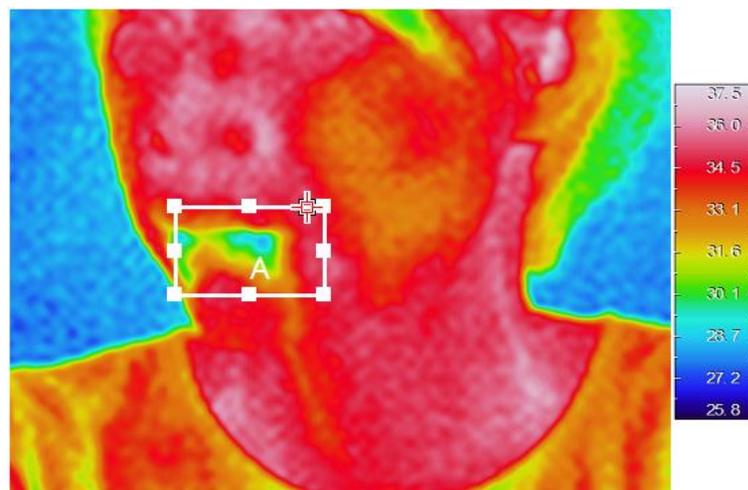
http://illpop.com/img_illust/childcare/season07_b24.png

アイス（1/4カップ）食後の温度変化

食べる前（0分）

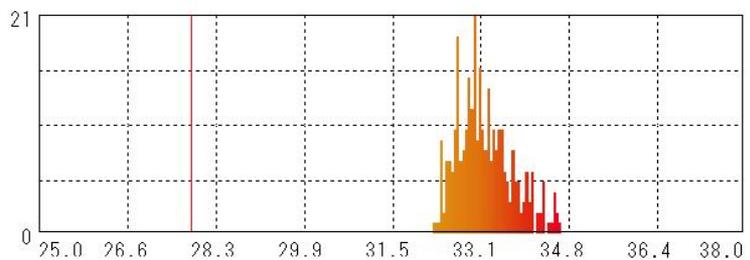
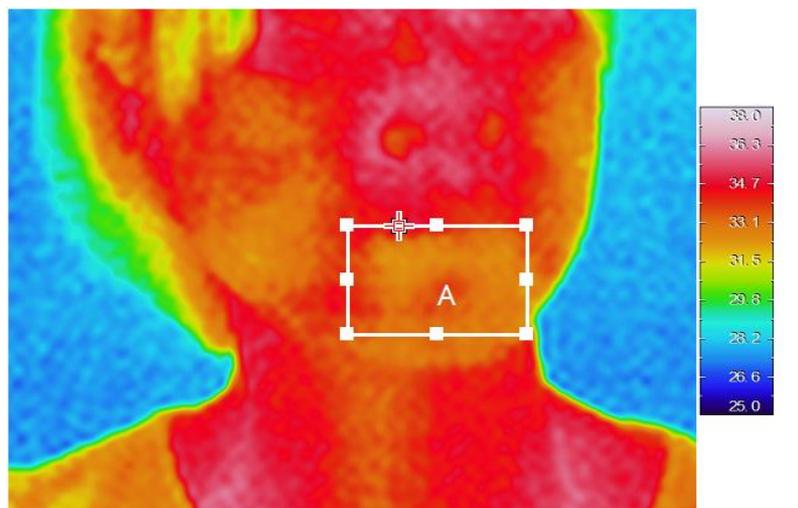


食べたしてから5分後

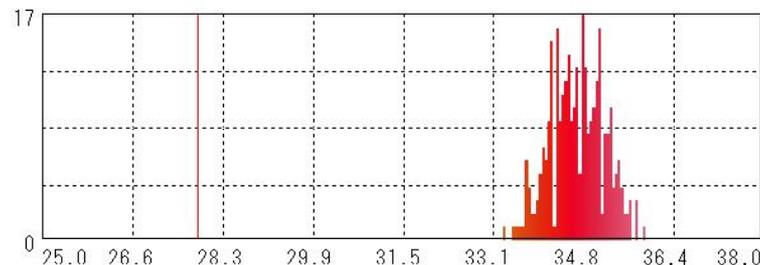
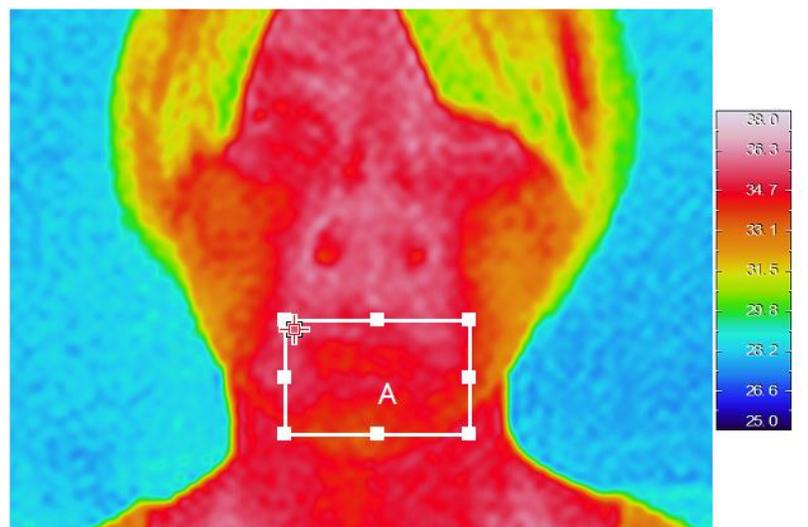


アイス（1/4カップ）食後の温度変化

食べたしてから8分後

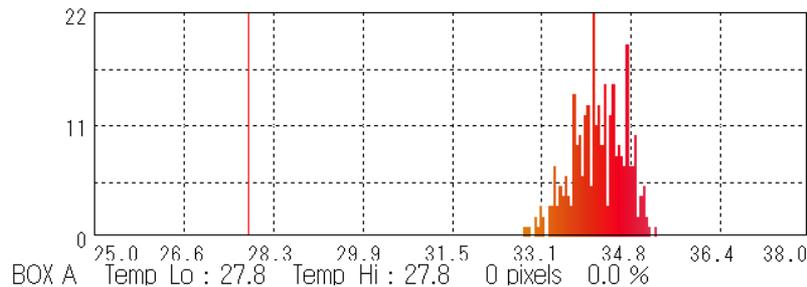
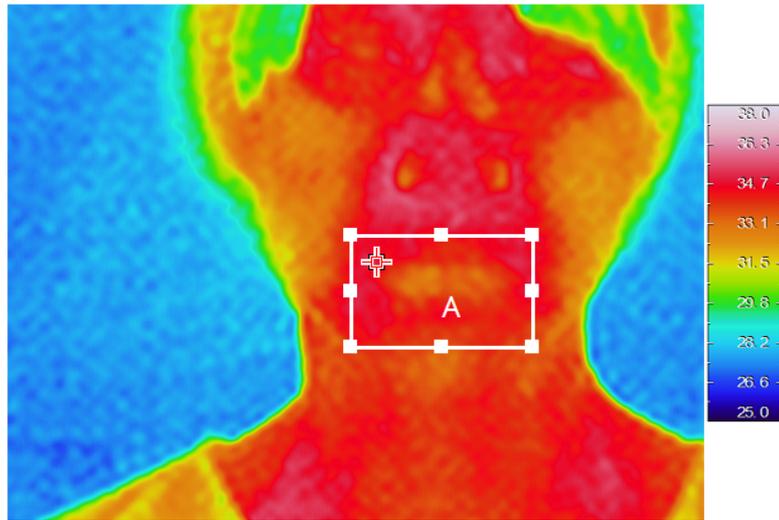


食べたしてから18分後

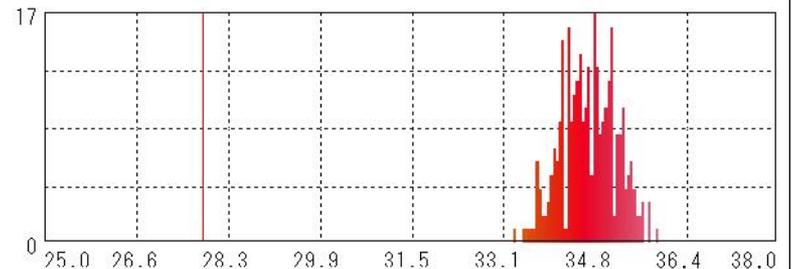
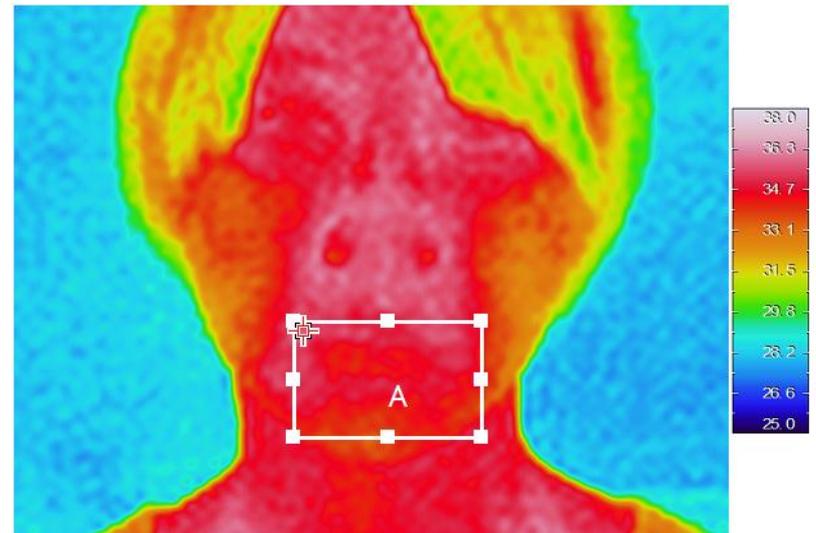


アイス（1/4カップ）食後の温度変化 まとめ

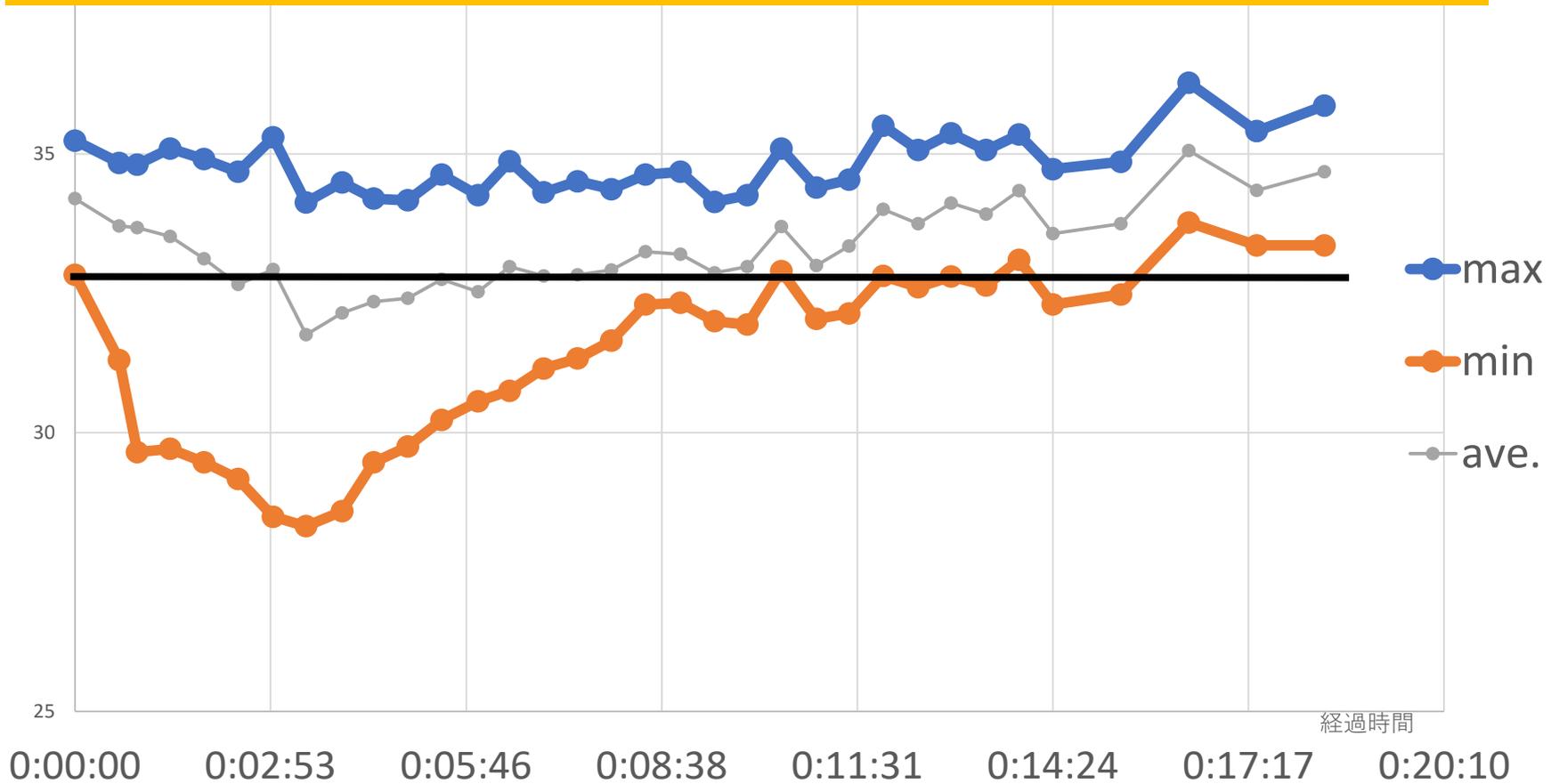
食べる前（0分）



食べてから18分後



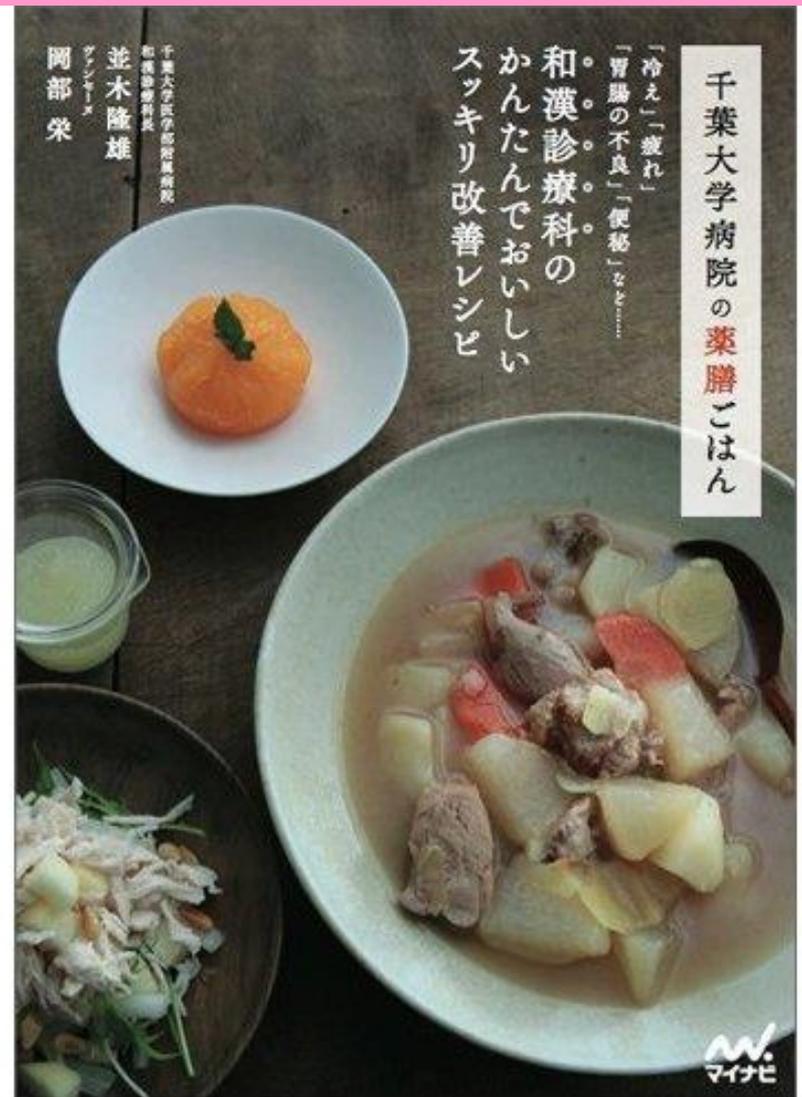
体表温度变化



千葉大学の薬膳のレシピ集

- 旬のものを食べましょう
- バランスよく食べましょう

2014年5月出版



温かくする生活習慣

- 運動をする～散歩・ジョギング・縄跳びなど
- シャワーではなく、湯船につかって温まる
そのほか、足浴、手浴する、半身浴、サウナ
- 冷たい飲み物を減らす。
常温の水分でも多量に摂らない
(1日2リットルを飲む?!)
+ 排尿とは、体熱を除く生理現象 (冷え性を助長)



Bathing Frequency and Onset of Functional Disability Among Japanese Older Adults: A Prospective 3-Year Cohort Study From the JAGES.

方法：日本老年学的評価研究（JAGES）のデータ

2010年8月から2012年1月まで実施され、13,786人のの高齢者（65歳以上：6,482人の男性と7,304人の女性）

3年間の観察期間中に、介護保険の必要性の記録で新しい認定によって特定された機能障害の発症を検討。

ベースライン時の夏と冬の浴槽入浴頻度

低頻度（0～2回/週）

中頻度（3～6回/週）

高頻度（≥7回/週）の3つのグループ

各グループの機能障害のリスクを推定

Sensitivity analysis: hazard ratios of functional disability onset, after the exclusion of participants whose follow-up period was <1 year

		Multivariate-adjusted model ^a		
Frequency of tub bathing, times/week		HR	95% CIs	P-value
Summer	0–2	reference		
	3–6	0.93	(0.73–1.17)	0.517
	≥7	0.75	(0.61–0.93)	0.007
Winter	0–2	reference		
	3–6	0.94	(0.76–1.17)	0.592
	≥7	0.72	(0.59–0.89)	0.002

- 結果：機能障害は合計1,203例（8.7％）で観察
結論：浴槽の入浴頻度が高いと、機能障害の発症率が低くなる

[A.Yagi, et al J Epidemiol. 2019; 29\(12\): 451–456.](#)

体を温めることを心がける

- 1) 食事：冷たいものを避ける
- 2) 運動
- 3) 入浴（シャワー浴は避ける）
- 4) 衣服：薄着を避ける。
- 5) ストレスの確認

まとめ

- 冷え症の処方
生活習慣への介入が必要

第30回 漢方治療研究会

漢方医学の多様性

9/27日
2020.
00:00~00:00

■会場：千葉大学医学部附属病院 ガーネットホール

■参加費：6,000円

名誉実行委員長：秋葉哲夫 会頭：並木隆雄

ランチオンセミナー **「千葉学派の医術：症例を中心に」** 伊藤 隆（日本東洋医医学会会長）

会頭指定ディベート **「漢方医学の多様性—中医学との違いを知る—」**