

腹診が明らかにする新しい漢方の世界 ～消化器領域の話を中心に～

千葉大学附属病院 和漢診療科
並木隆雄

漢方家庭医会講習会
2019. 2. 17

本日の話題

① 大建中湯

熱 薬

② 六君子湯

気 虚

③ 補中益気湯

気うつ(気滞)

④ 腹診

⑤ ストレス(気の異常)の見付け方

⑥ 生活習慣に関して

大建中湯

外科系の頻用処方

大黃のはいらない下剤

大建中湯(100)

効能又は効果

出典:金匱要略

腹が冷えて痛み、腹部膨満感のあるもの

大建中湯構成生薬



乾姜(カンキョウ)



人参(ニンジン)



膠飴(コウイ)



山椒(サンショウ)

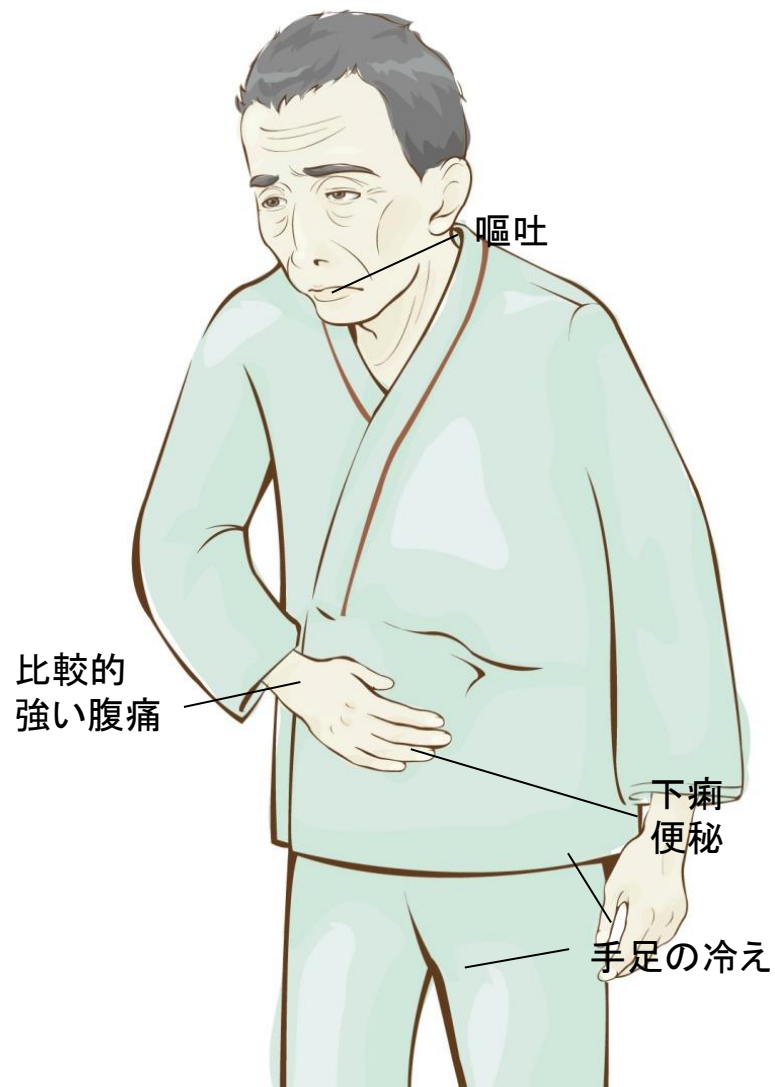


用法及び用量

通常、成人1日15.0g(6包)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。

大建中湯

●腹部膨満感



監修：佐藤 弘 ・ 木村 容子（東京女子医科大学附属東洋医学研究所）

75歳 男性

(主訴) 腹痛・腹部膨満感

(病歴) 3年前に大腸がんの手術施行

10月頃より腹部膨満感を自覚するようになった。

便通も悪く便秘がちになり、食事摂取後は特にお腹が張って痛み、ゲップが出る。痛みや張りは、お腹を温めたり入浴するとガスがよく出て改善するが、冷える場所に長時間いると悪化する。

元来、冷え症で特に腹部手術をしてからひどくなった。

(既往歴) 大腸がん

(家族歴) 父：高脂血症 母：糖尿病

他覚所見

(診察所見) 162cm、44kg、118/64mmHg、60/min

聴診 胸部は異常ない

腹部 創部有 腹部の膨満感

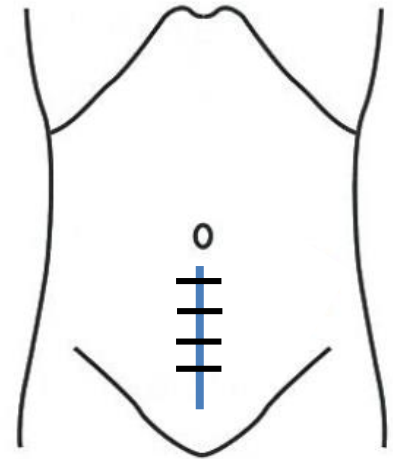
グル音の低下

(漢方医学的他覚所見)

脈診: 沈・弱

舌診: 湿、淡白、薄白苔。

腹診: 腹力虚・**鼓音**



臨床経過

初診 大建中湯(3包分3 食前)処方

第2診(1か月後)

腹部の膨満感が減少(NRS 6/10)

第3診(2か月後)

腹部の膨満感がさらに減少(NRS 3/10)

冷えても痛くならない

第4診(3か月後)

腹部の膨満感はほとんどなく週に1回くらいで、

持続時間も減った印象(NRS 1/10)

冷え症もあまり感じなくなった

便秘の分類

器質性	狭窄性	大腸癌、大腸憩室、虚血性腸炎、クローン病など	
	非狭窄性	大腸通過遅延型	巨大結腸症
機能性	便秘排出障害型 (直腸性)	器質性便排出障害	直腸瘤、小腸瘤、S状結腸瘤 直腸内粘膜重積、巨大直腸症
		機能性便排出障害 骨盤底筋協調運動障害 腹圧(努責力)低下 直腸知覚低下	特発性 症候性: 脳梗塞後遺症、前立腺術後など 薬剤性
		大腸通過遅延型	特発性 : (弛緩性) 症候性 : 便秘型過敏性腸症候群(痙攣性) 甲状腺機能低下症、パーキンソン病など 薬剤性 : 抗うつ薬、抗コリン薬、オピオイドなど

(味村 俊樹)

(漢方医学Vol.34 No.4 2010 P328より)

大建中湯の薬理作用

1. 平滑筋の5-HT₄ 受容体を介したアセチルコリン遊離促進によるムスカリン受容体刺激
2. 粘膜内知覚神経末端のバニロイド受容体を介したサブスタンスPの遊離促進
3. 粘膜上皮細胞からのモチリンの分泌促進
4. カルシトニン遺伝子関連ペプチドやアドレノメデジュリンを介した腸管血流の増加
(乾姜と山椒)

大建中湯の 消化管運動促進メカニズム

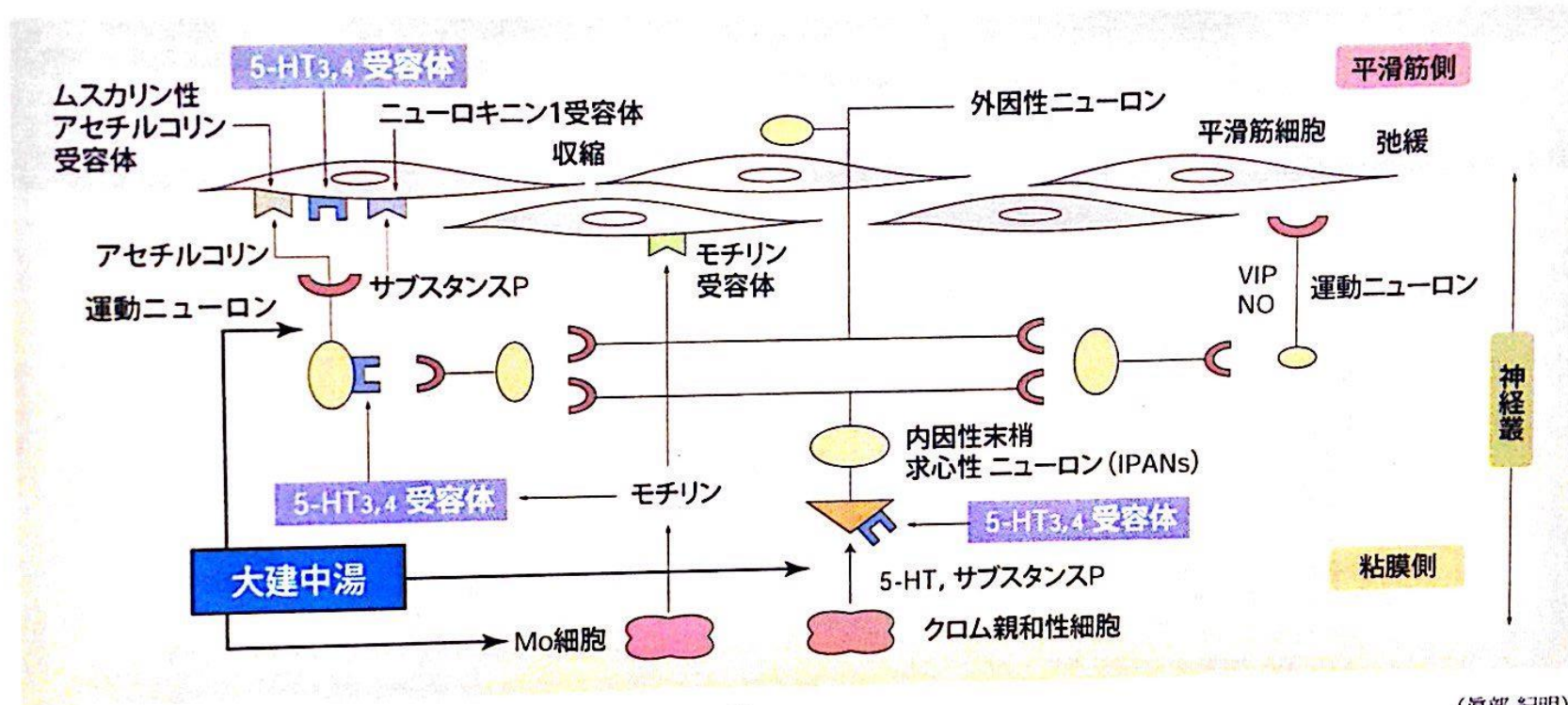
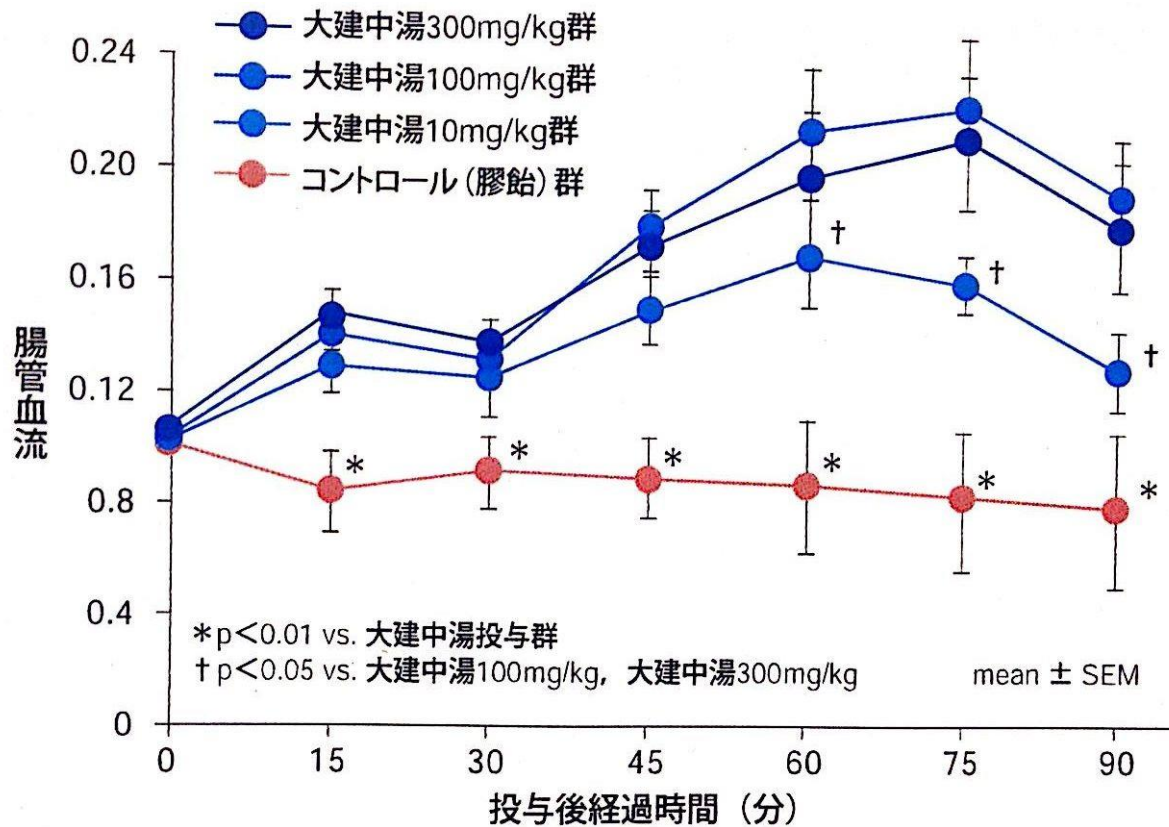


図2 便秘における大建中湯の消化管運動促進作用メカニズム

(眞部 紀明)



ラット大腸内に直接的に大建中湯を投与したところ, コントロール群 (膠飴) に比べ投与直後から血流増加が認められた.

図1 大建中湯の腸管血流に対する効果 (n=8~10)

Kono T, et al. J Surgical Res. 2008, 150, p.78-84

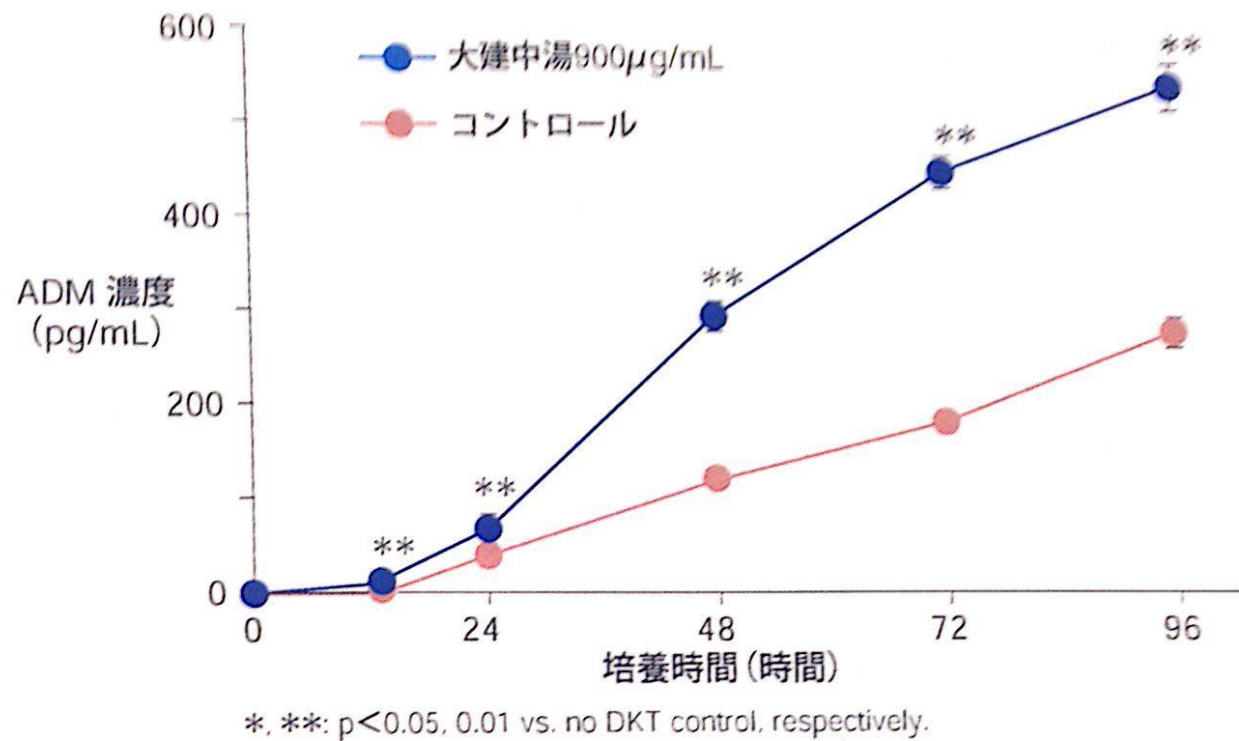
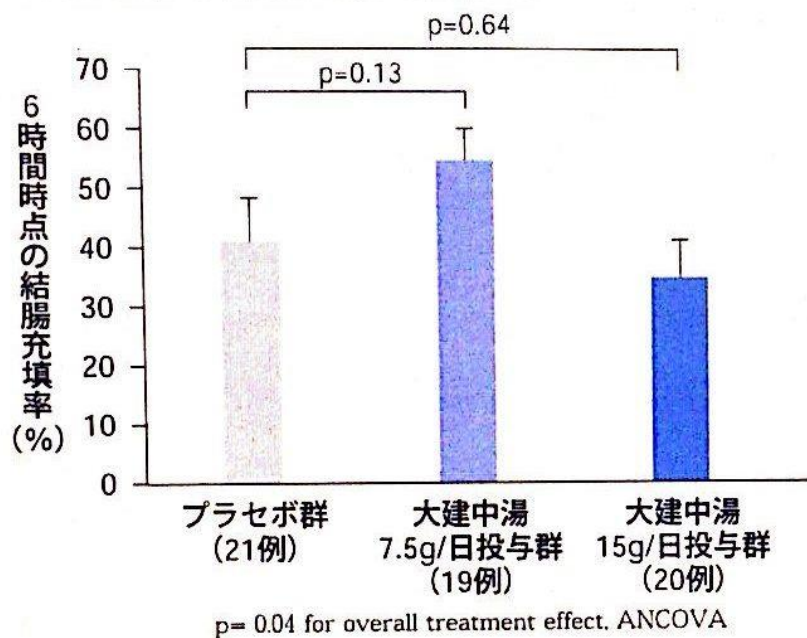


図3-① 大建中湯によるアドレノメデュリン遊離作用の経時変化 (n=3)

Kono T, et al. J Crohn's and Colitis. 2010, 4, p.161-170

①大建中湯が小腸通過時間に与える効果



②大建中湯が上行結腸の排出時間に与える効果

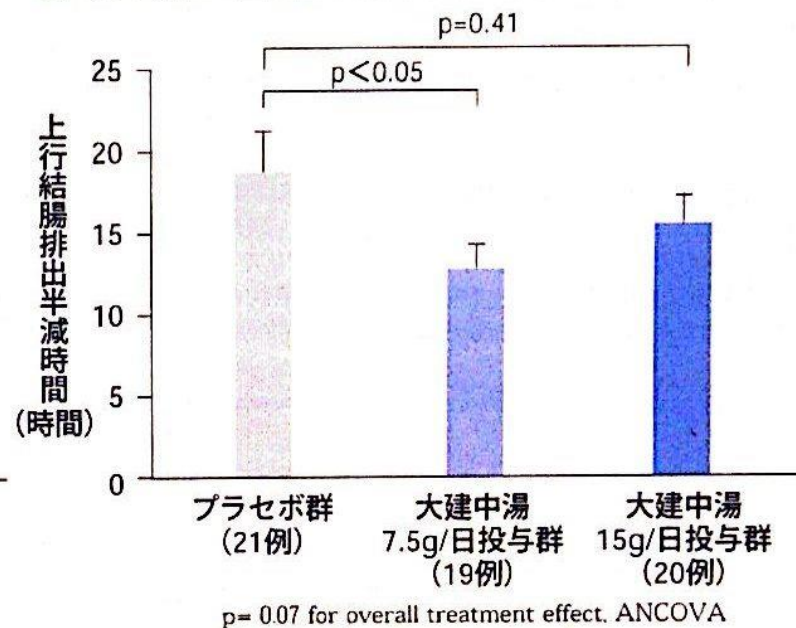
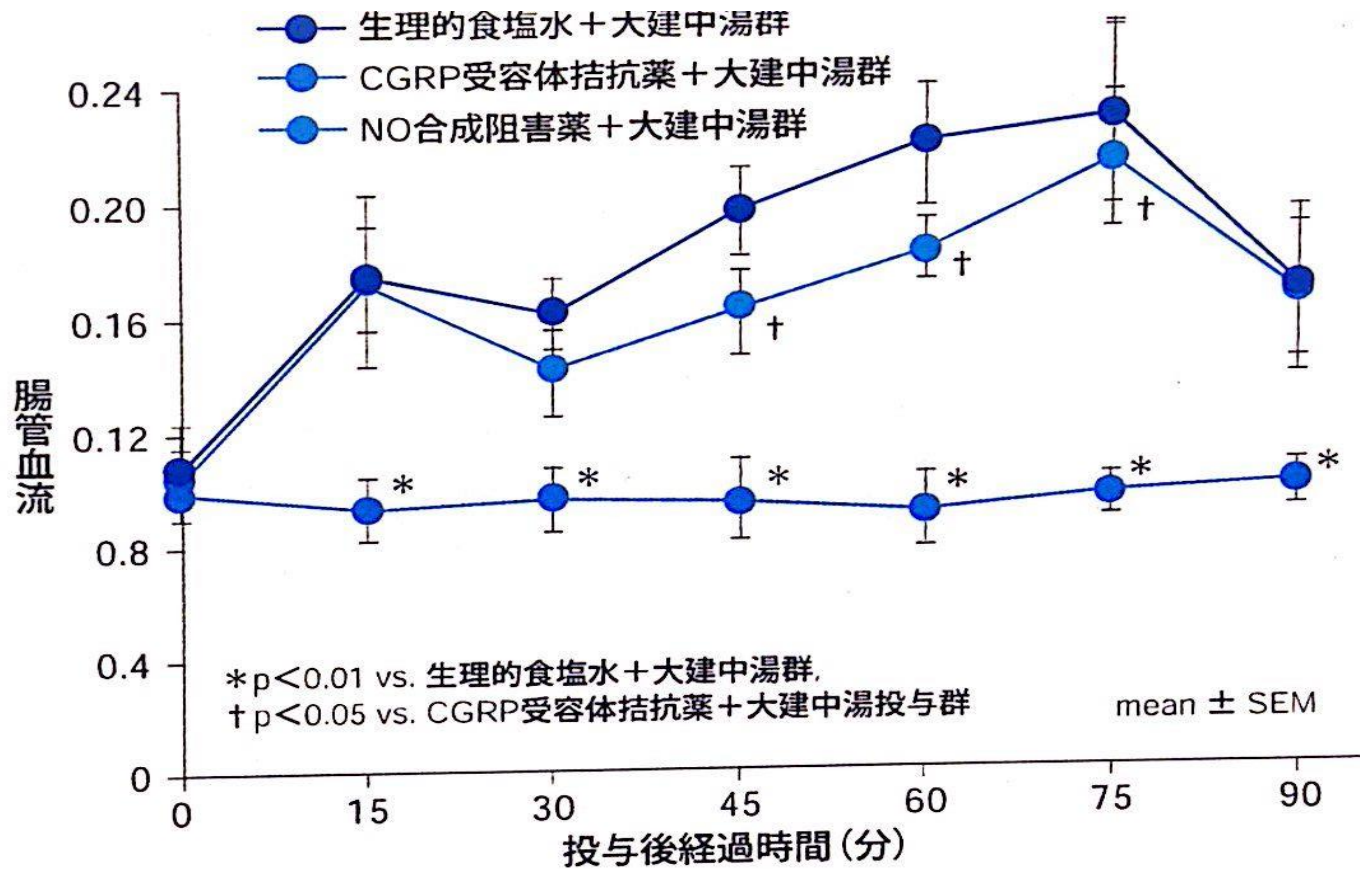


図3 大建中湯の消化管運動亢進効果

Manabe N, et al. Am J Physiol Gastrointest Liver Physiol. 2010, 298, G970-5より改変引用



血流に関係する神経ペプチドであるCGRP, サブスタンスPの拮抗薬と大建中湯を併用して血流増加作用を検討した. CGRP受容体拮抗薬で大建中湯の血流増加はほぼブロックされたが, サブスタンスPの受容体拮抗薬ではまったくブロックされず, NOの関与も一部にとどまった.

図2 大建中湯による血流増加における各種の拮抗薬の影響 (n=8)

大建中湯のまとめ

下部消化管に対して、

- 科学的エビデンスも豊富な漢方薬のひとつ

- 1) 体力が低下している人

(特に腹力が軟弱で、腹壁が薄い。冷え症あり)

腹痛、腹部膨満感がある場合や便秘がある場合

- 2) 術後の回復期

麻痺性イレウスで排ガスが遅延している

Tip: 内服時は冷飲食は避ける

(果物・生野菜の多食、ヨーグルトは室温に戻す)

気血水とは

生き物が生きていくには
エネルギー（気） と 人体（血・水）
が 必要

- 気 ー 人体を守り、生命を保つ力のこと
（例えば：精神神経活動、電気）
- 血 ー 栄養滋潤作用を持つ
- 水 ー 滋潤作用を持つ

正
気

気(氣)とは

解字

- 气 (象形) わきあがる雲の情景
 - 氣 气と米
- 米をふかしてでる蒸気

天地間を満たし、宇宙を構成する基本と考えられるもののまた、その動き
(広辞苑第5版)



自然現象

天気、地気、雲気、風気、山
気、水気、澤気、谷気、火気
熱気、寒気、四季の気、瘴気

生物・精神

血気、息気、精気、志気、
蔵気、
争気、和気、勇気

観念

運氣、順気、祥気、凶気、
邪気、兵気

医学での気

気のまとめ

気は目に**見えない**エネルギー

- 1) 気は動く
- 2) 気は上昇しやすい
- 3) 気が足らないと病気になる

気の異常

気虚(ききょ)...気が足りない状態。

気鬱(きうつ)...気の流れが悪い状態。

気逆(きぎゃく)...気の流れが逆流して
しまっている状態。

六君子湯

消化器内科や手術後の食思不振
抗潰瘍薬が無効の上腹部症状に頻用

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

気が足りない(気虚)機能低下

六君子湯

- 蒼朮
- 人參
- 半夏
- 茯苓
- 大棗
- 陳皮
- 甘草
- 生姜 (8種類)



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

診察所見

(身体所見) 162cm、48kg、97/62 mmHg、88/min

(西洋医学所見) 聴診上異常なし

(漢方医学他覚所見)

顔色: 正常

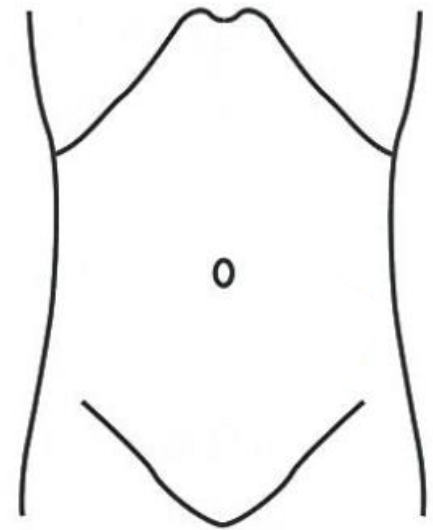
脈診所見: やや虚

舌診所見: 大きさ: 正常、淡紅色、

湿潤: 湿潤、齒痕なし

舌苔: 厚白苔、舌下静脈怒張なし

腹診所見 腹力: やや虚、胃内停水: あり



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

機能性消化管疾患 診療ガイドライン2014

—機能性ディスペプシア(FD)—

日本消化器病学会

協力学会：日本消化器学会
日本神経消化器病学会



南江堂

六君子湯の推奨度

GERD PPI抵抗性GERD

日本消化器病学会、胃食道逆流症（GERD）診療ガイドライン
2015改訂第2版

CQ4-7 :「常用量のPPIで効果が不十分な場合どうするか」の回答の中の1つに「六君子湯の追加投与を行うことを推奨する」とある。

FDについて

日本消化器病学会、機能性消化管疾患診断ガイドライン2014
ー機能性ディスぺプシア

CQ4-10: 「漢方薬の一部（六君子湯）は有効であり使用することを提案する」(エビデンスレベルA, 推奨の強さ: 2)

①GERD 4 Study(PPIとの比較)

①PPI抵抗性非びらん性胃食道逆流症(non-erosive reflux disease:NERD)でFSSGスコア(8<) PPIの倍量(37名)vs六君子湯追加(36名)

結果

FSSGは4週後両群とも有意に低下し、差がない。

サブ解析

BMI22以下の患者は、六君子湯が、有意に改善

②G-PRIDE study(二重盲検試験)

PPI抵抗性非びらん性胃食道逆流症(non-erosive reflux disease: NERD)でFSSGスコア(8<) RCT RPZ 10mg +(プラセボ108名)または(**六君子湯**追加109名)

結果 : FSSGは8週後の両群に差がない。

SF-8 のMC(精神的サマリースコア)

副次評価項目解析:

「65歳以上」、「女性」に有意改善

レスポンス解析:「おなかのはり」、「食後のもたれ」、「食後の悪心」に有意な改善

全般的治療効果(the DREAM Study)

表 2 DREAM Study のまとめ

- 六君子湯の8週間投薬により、
overall treatment efficacy (OTE)に
おける有効性が示された($p=0.019$)。
- 六君子湯の8週間投薬により、評価した
消化器症状(PAGI-SYM, GOS, mFSSG)、
不安症状(HADS)のすべてにおいて改善
効果が認められた。
- 不安症状と消化器症状の改善度には、
正の相関性が認められた。

六君子湯の薬理(1)

I. 胃・食道に対する作用：

1. 食道粘膜のバリア機能改善作用(ラット)
2. 食道酸クリアランス改善作用(ヒト)
3. 胃適応性弛緩に対する作用
機能性胃腸症患者における胃適応性弛緩反応(ヒト)
単離胃における胃適応性弛緩反応(モルモット)
4. 胃粘膜血流改善作用(ラット)
5. 胃排出改善作用
アセトアミノフェン法における検討(ヒト)
胃排出改善作用(ラット)



消化管臓器

六君子湯の薬理(2)

II. グレリンに対する作用：

1. グレリン分泌作用

健常人における血漿グレリン濃度増加作用
(ヒト)

シスプラチン誘発食欲不振モデルにおける
グレリン分泌促進作用(ラット)

シスプラチン誘発食欲不振モデルにおける
視床下部グレリン分泌低下改善作用(ラット)

2. グレリン代謝酵素阻害作用 (*in vitro*)

3. グレリンシグナル増強作用 (*in vitro*)

消化管から中枢

III. ストレスに対する作用：

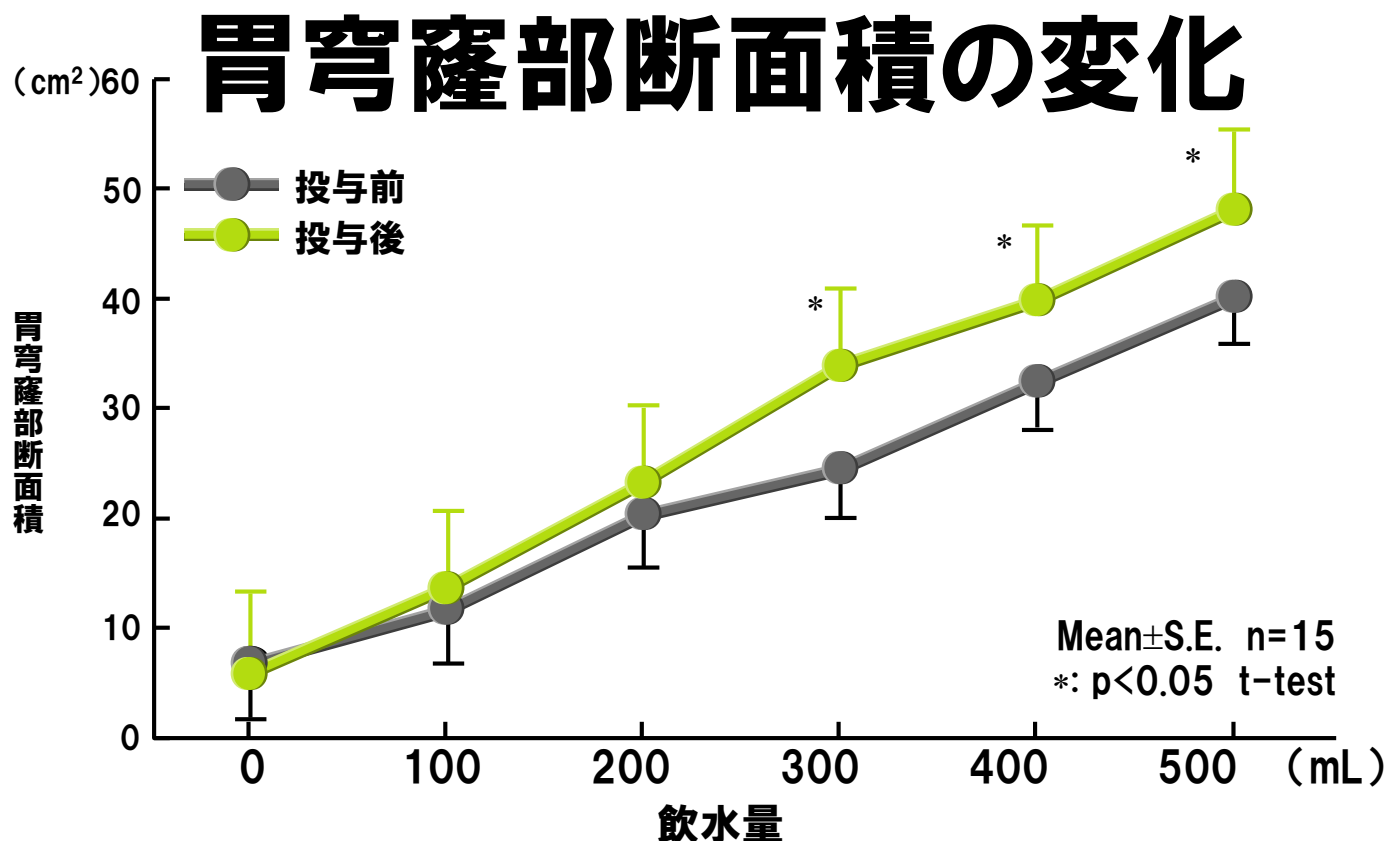
1. ストレスモデルにおける食欲不振改善作用

2. 新奇環境ストレスモデルにおける食欲不振改善作用(マウス)

中枢

胃貯留能 (適応性弛緩) 改善作用

臨床 胃穹窿部断面積の増加作用



対象: 運動不全型FD (Functional Dyspepsia) 患者 15例

方法: 六君子湯7.5g/日2週間投与後、空腹時にミネラルウォーターを100mLずつ5回飲用させ(飲水法)、胃穹窿部断面積の変化を体外式超音波(US)法にて測定した。

● 本試験における副作用はみられなかった。

食欲を制御するグレリン

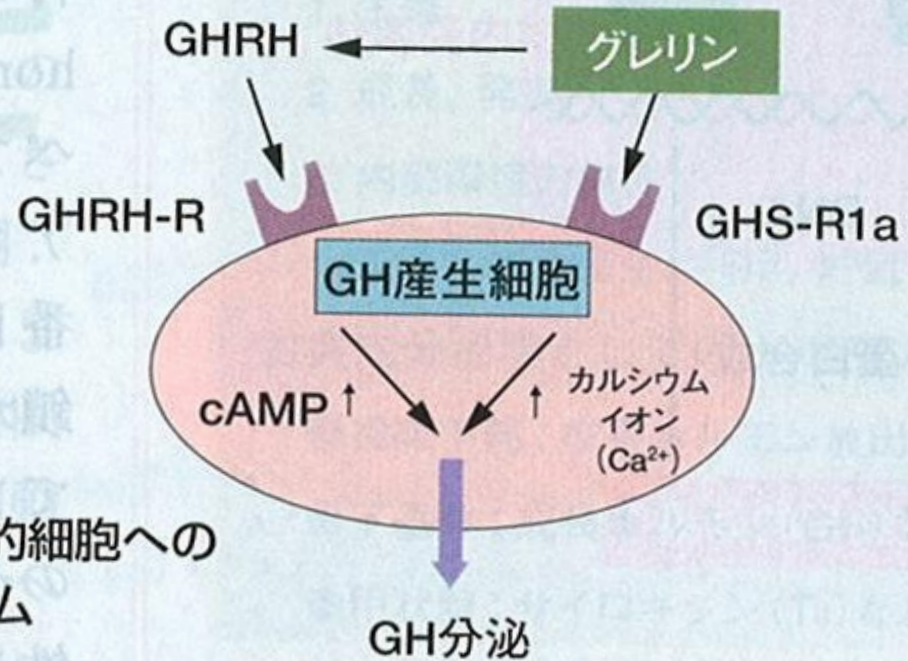
- グレリンは、アミノ酸28個からなる**成長ホルモン分泌促進ペプチド**として胃から発見された
- その後、中枢性に強力な**摂食促進作用**を持つことが明らかにされた
 - グレリンをラットの脳室内に投与すると、摂食が促進されて体重が増加した
 - 逆にグレリン抗体を投与すると、摂食が強く抑制された
- ヒトでの概日リズムの研究により、グレリンが**各食前に増加**することも確認された
- グレリンは**末梢から脳へ空腹情報を伝える**重要な液性因子であると考えられる

グレリンの構造と作用

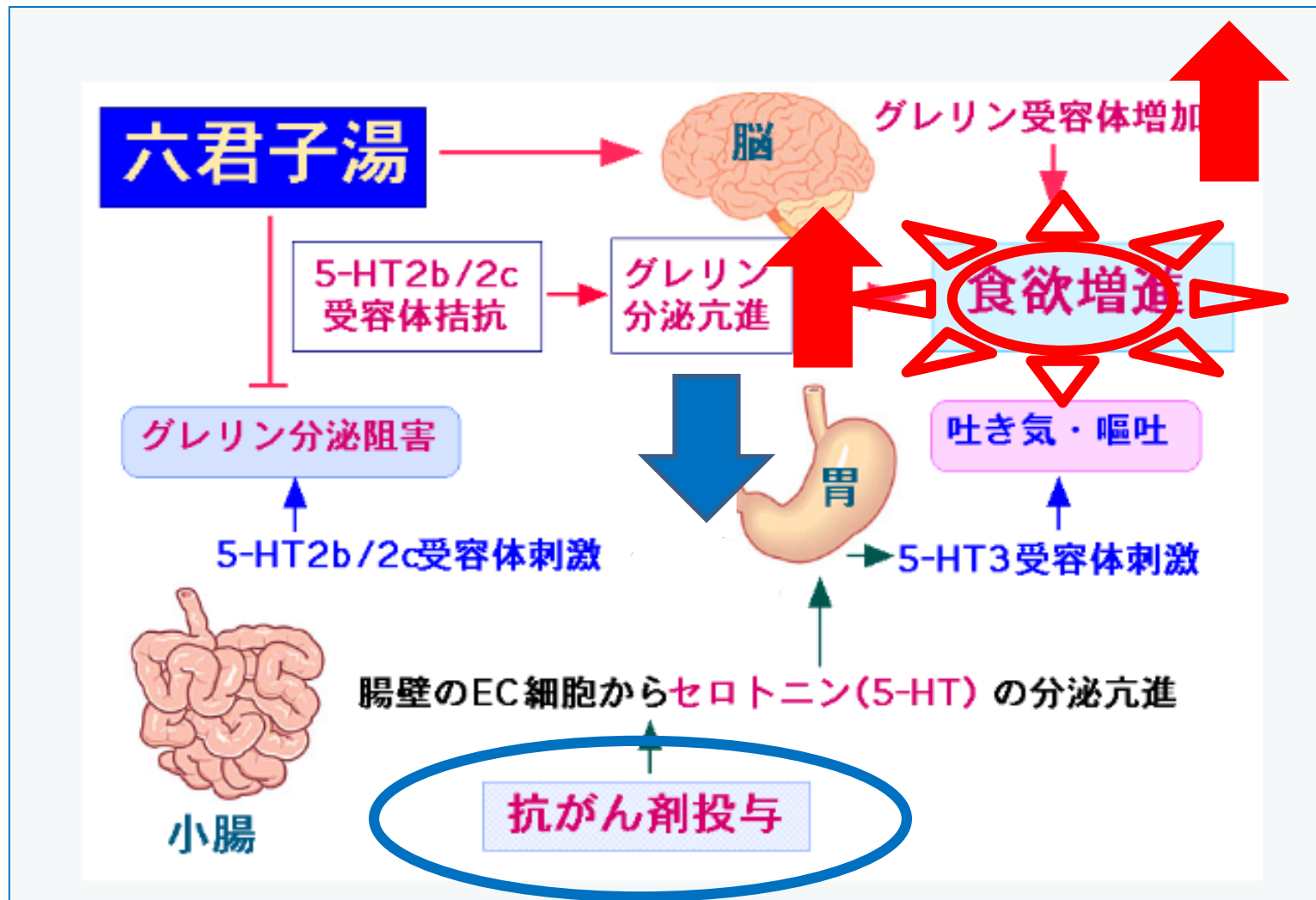
●ヒトのグレリンの構造



●グレリンの標的細胞への作用メカニズム



抗がん剤による食欲低下に対する六君子湯の効果



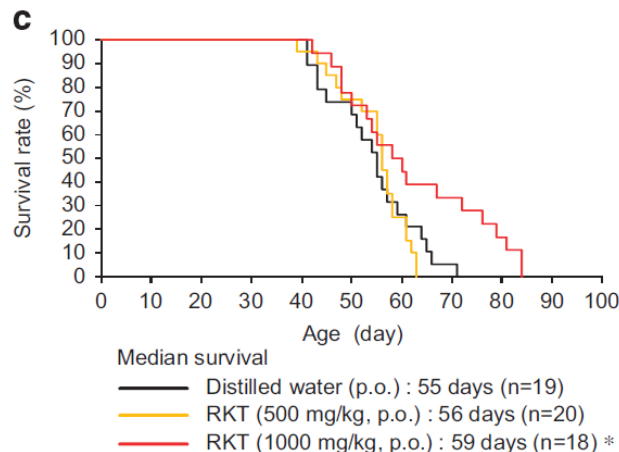
寿命の延長効果

長寿遺伝子Sirtuin1を活性化する

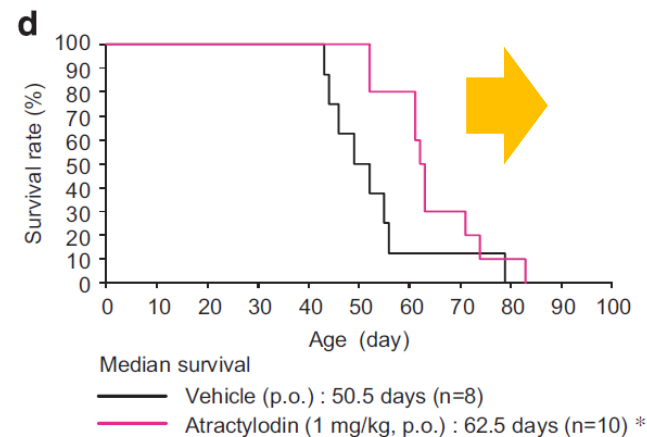
2種の遺伝的老化促進マウス(オス)と通常の老化マウスを用いてグレリンシグナリングの影響を検討した。

六君子湯およびatractylodin (ターゲット臓器でグレリン作用を刺激する六君子湯の成分:蒼朮)で、全ての3つの老化モデル(各群9-11匹)において寿命を延長することを明らかにした。

大建中湯



atractylodin



六君子湯の効能・まとめ

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、特に機能性胃腸症、
食欲不振、胃痛、嘔吐
全身倦怠感 冷え性



切診

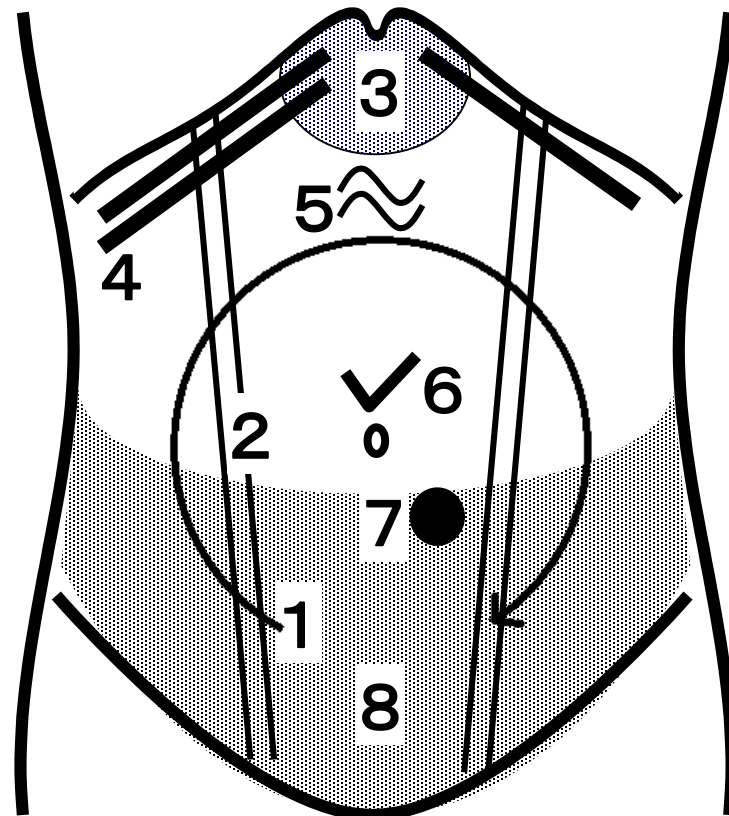
腹診の順序

(全体→局所 上→下)

- | | |
|-----------|----------------------|
| 1) 腹力 | 6) 腹動(臍上悸) |
| 2) 腹直筋の攣急 | 7) 臍傍抵抗圧痛
(瘀血の圧痛) |
| 3) 心下痞鞭 | 8) 小腹不仁 |
| 4) 胸脇苦満 | 9) 鼓音 |
| 5) 心下振水音 | |

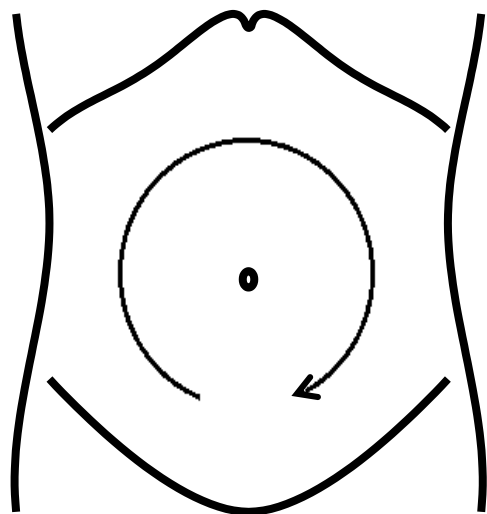


患者を仰向けに寝かせて、両足を伸ばさせ、手を両脇に軽く置かせ、腹部に力を入れないようにさせます。そして診察は右手の手掌または指先で行います。



代表的腹診所見(1)

腹力 腹壁の緊張(弾力)



時計回りが原則
臍高やや上の両側腹部が大事

〔臨床応用〕

虚・実

福島県立医科大学 三瀧忠道先生の
スライドより

六君子湯

大建中湯

腹力が弱い↓



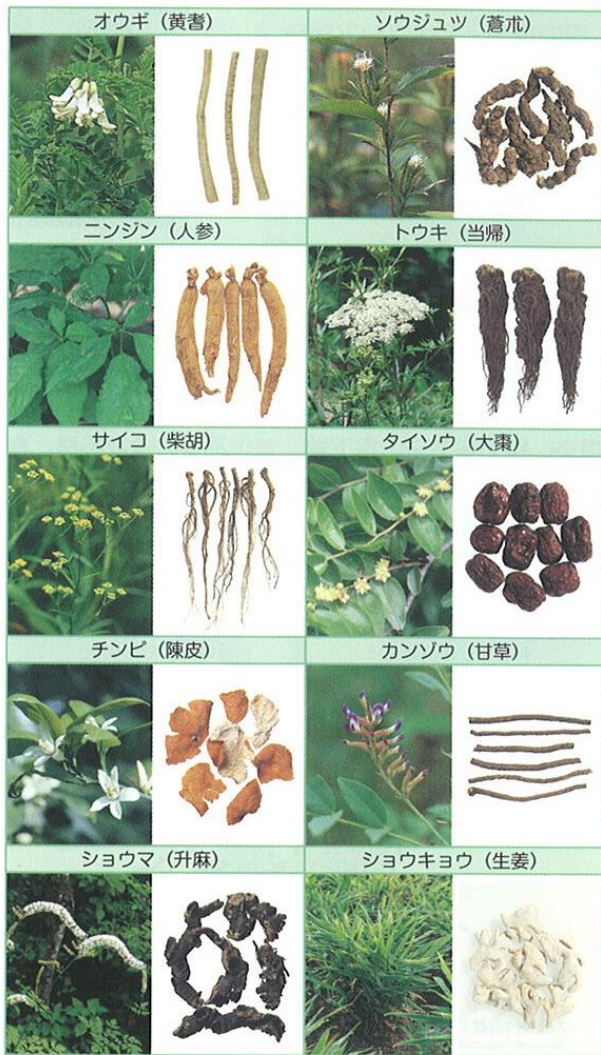
そのほか 胃もたれの薬

急性でげっぷや下痢がある

半夏瀉心湯（やや元気のある方）

慢性胃炎（体力のない人やもともと元気だが
冷たいものを食べ過ぎた時）

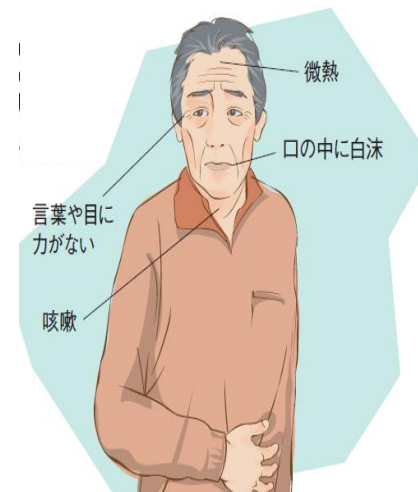
安中散



補中益気湯

別名「医王湯」という。全身倦怠感が激しい時に用いる。
中国の金元時代の医師(李東垣)が作った処方。
戦乱で多くの人が脾胃(消化器)の損傷で亡くなるなどをみて創作した処方。中とは脾胃という意味。

東洋医学研究所)



(仕様目標:証) 比較的体力が低下した人。食欲不振、咳嗽、微熱、寝汗、日中の眠気、動悸、不安を訴える場合。
慢性疾患、外科手術後、病後、産後などで衰弱している場合。

- ・十全大補湯 顔色が悪く、貧血傾向があり、皮膚の乾燥、手足の冷えなどがみられる。
- ・人參養栄湯 咳嗽,ねあせ,不安,不眠などがやや顕著にみられる。
- ・小柴胡湯 比較的体力があり,腹壁の緊張と胸脇苦満をやや強く認める。
- ・帰脾湯 貧血傾向があり,抑うつ,精神不安,不眠などが顕著にみられる。

胸脇苦満

【胸脇苦満】

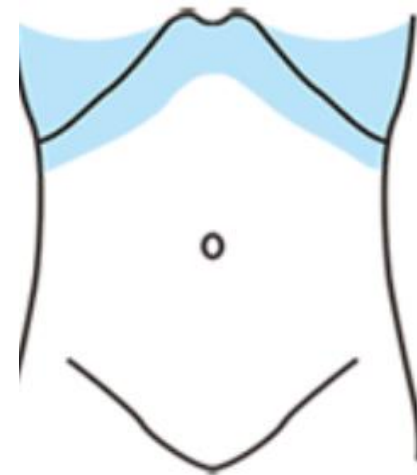
両側もしくは片側の季肋部辺縁を中心に出現

気うつ：ストレスで出る

胸脇苦満：自覚症状

または
他覚所見

他覚 > 自覚症状
より頻度が多い



胸脇苦満

気うつを示唆する所見
特に、柴胡剤の目標となる

日本東洋医学会ホームページより

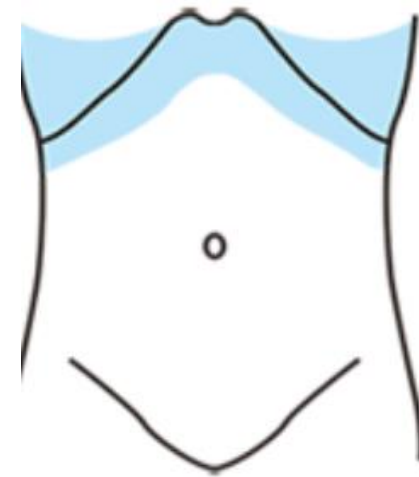
胸脇苦満

気うつ：ストレスで出る
胸脇苦満：自覚症状

【胸脇苦満】
両側もしくは片側の季肋部辺
縁を中心に出現

自覚症状の表現

例えば、息苦しい。
胸が帯で締め付け
られている



胸脇苦満

気うつを示唆する所見
特に、柴胡剤の目標となる
日本東洋医学会ホームページより

ストレスを示す漢方所見(1望診)

視診

目の充血(肝)

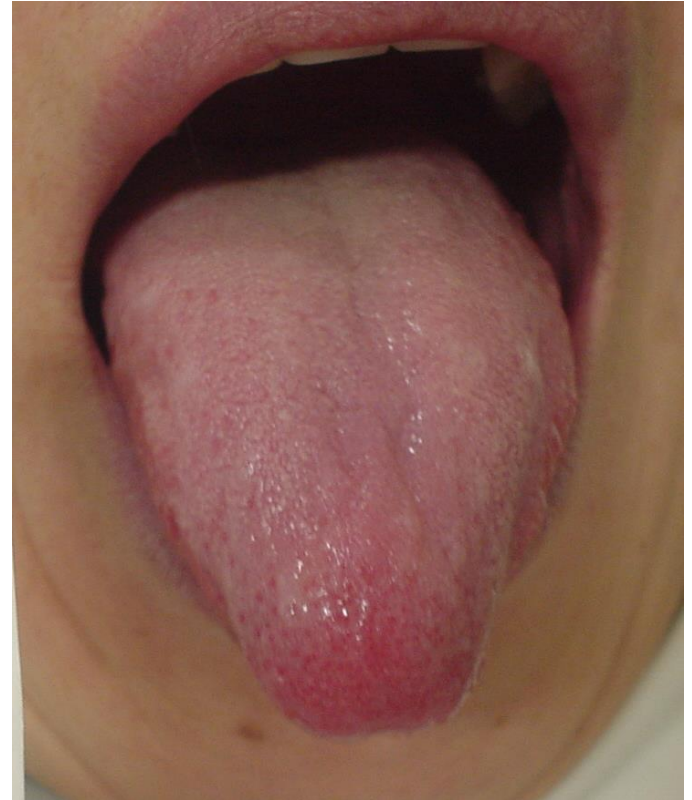
舌診

舌尖紅(心)

とがった舌先(心)

厚(白/黄)苔(心・肝)

痛みの場所(中央:脾、両側:肝)



ストレスを示す漢方所見(2.1切診)

手掌の発汗
脈診

温清飲・黄連解毒湯

四逆散

当帰四逆加呉茱萸生姜湯

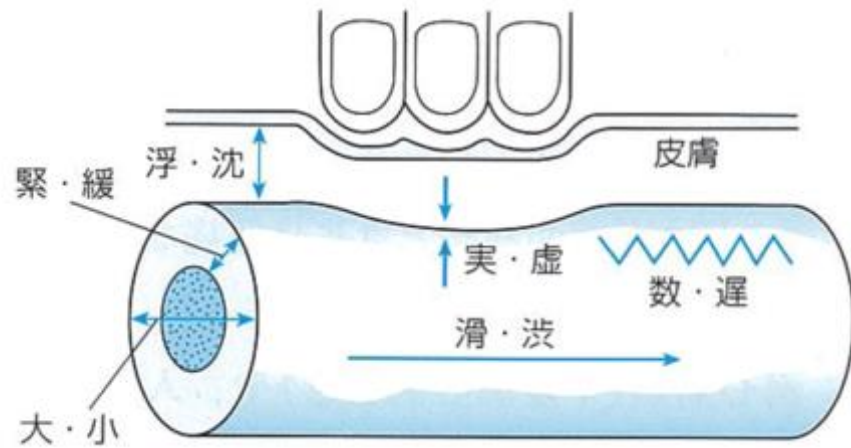
緊緩：弦脈—**柴胡剤**—気うつ

大小：細脈—気逆・気うつ

(ただし、寒い時もある。

身体的ストレス)

脈 診



日本東洋医学会 学生のための漢方医学テキスト より

脈の性状	所見の : 漢方的意味
浮 ⇔ 沈	脈の深さ: 病の中心の位置(表裏)
数 ⇔ 遅	脈拍の回数: 寒熱・精神の緊張度・血虚・水滯
大 ⇔ 小	脈の幅 : 寒熱・精神の緊張度
実(強) ⇔ 虚(弱)	脈の強さ: 虚 実
緊 ⇔ 緩	脈の緊張度: 寒熱・精神の緊張度
滑 ⇔ 澀	脈のなめらかさ: 滑(熱、水滯) 澀(寒、津液不足)

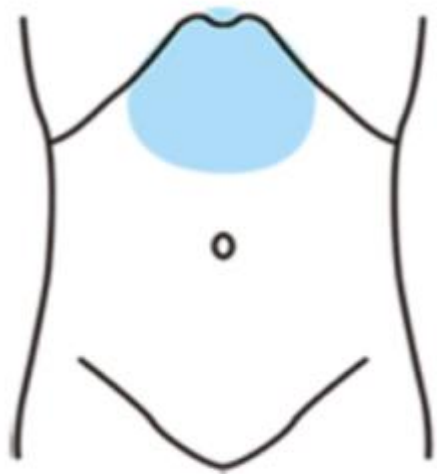
ストレスを示す漢方所見(2.2切診)

腹診 胸脇苦満 (肝・瘀血)
 心下痞鞭 (脾・水滯)

腹診所見

【心下痞鞭】

鳩尾がつかえるという自覚症状、同部位の抵抗・圧痛



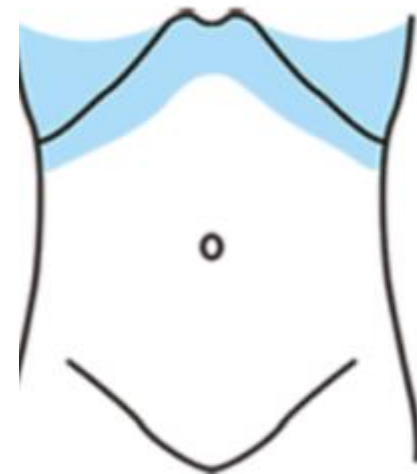
心下痞硬

水滯を示唆する所見

日本東洋医学会ホームページより

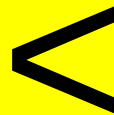
【胸脇苦満】

両側もしくは片側の季肋部辺縁を中心に出現



胸脇苦満

気うつを示唆する所見
特に、柴胡剤の目標となる



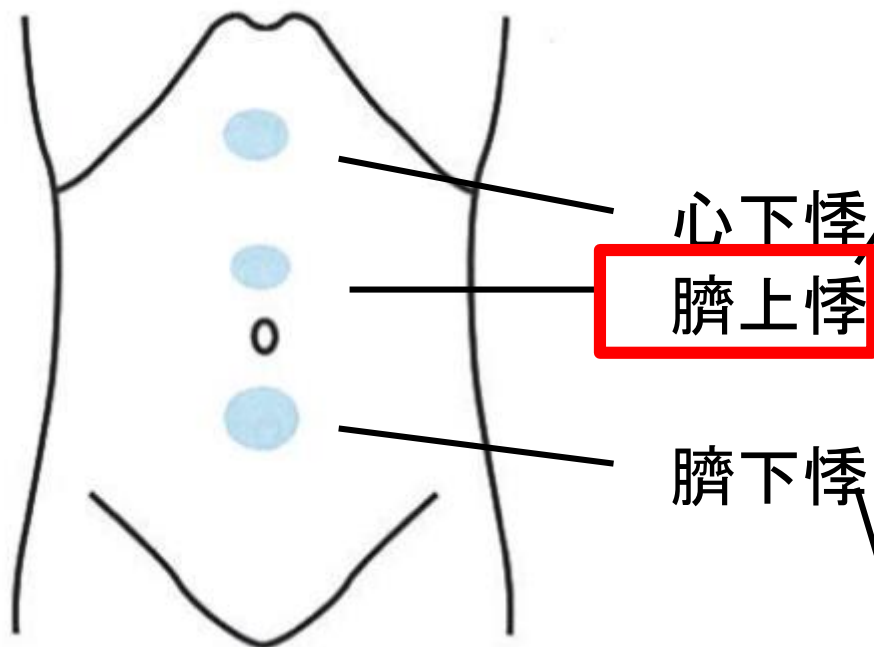
特異性
が高い

ストレスを示す漢方所見(2.2切診)

腹診 一 胸脇苦満
 心下痞鞭
 腹部動悸
 ・ 気逆
 または
 ・ 水毒

代表的腹診所見(5)

腹動(悸)



気逆や水滯を示唆する所見

福島県立医科大学 三渚忠道先生の
スライド・東洋医学会ホームページより

ストレスを示す漢方所見(2.2切診)

腹診 一胸脇苦満
 心下痞鞭
 腹部動悸
 ・気逆
 または
 ・水毒



ツボ

のぼせる
不眠症がある

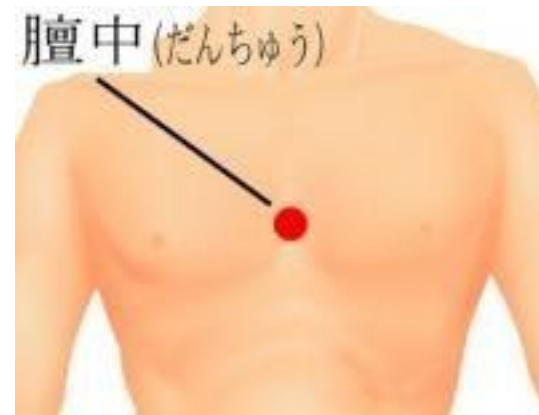
ストレスを示す漢方所見(2.3切診)

経穴の利用

圧痛の有無

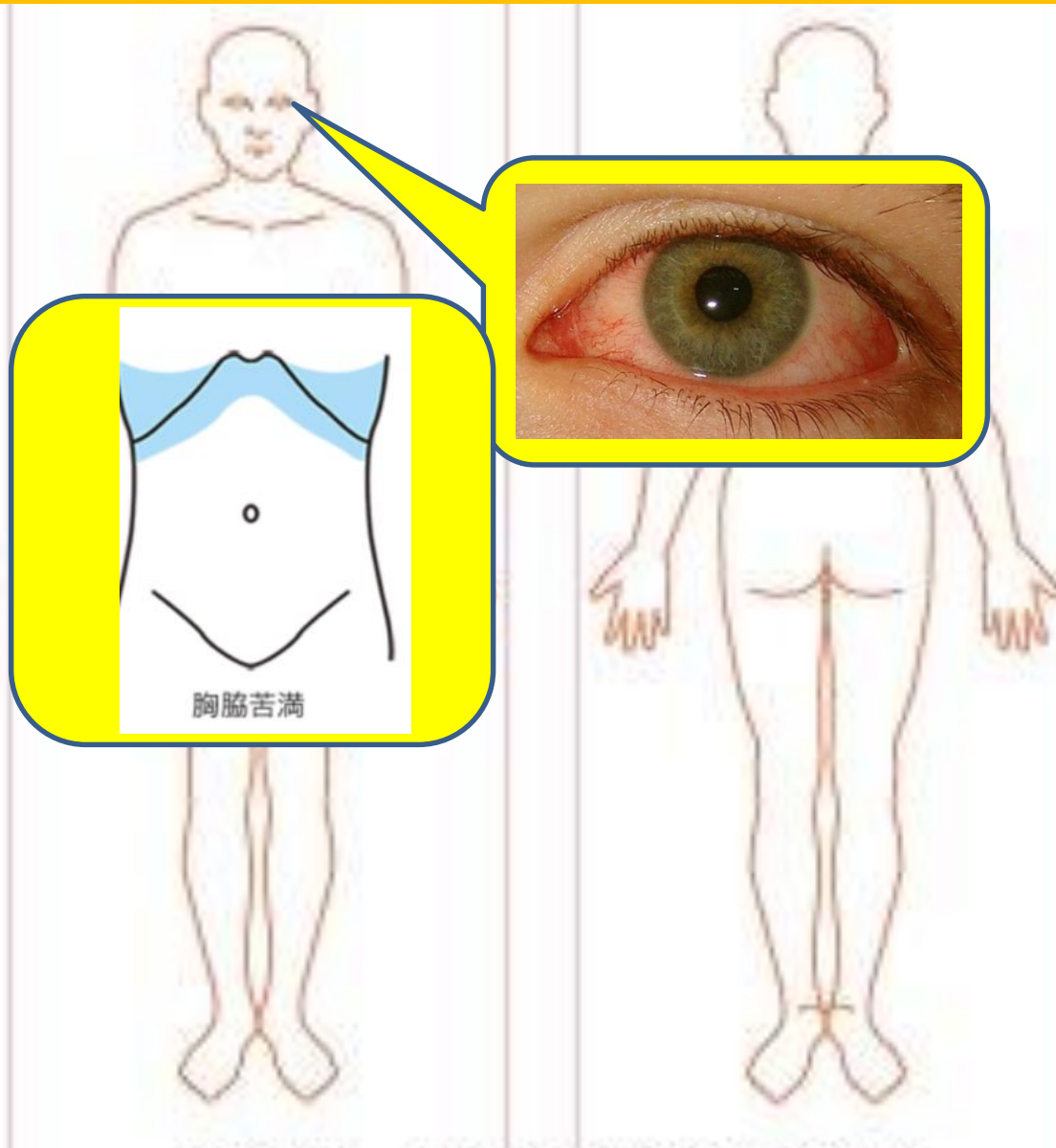
膻中穴

(治療穴にもなる)



膻中 : <https://matome.naver.jp/odai/2134001934868412301>

例えば



生活習慣と漢方 冷え性を例に

養生訓

飲食 薬食同源

- 熱飲、冷飲は避ける
- 飲食は控えめ
- 夜食は避ける
- 夕食は軽く
などなど

飲酒に対する注意
飲茶に対する注意

解説 食物の性味

温熱性食品

生姜、かぼちゃ、鶏肉

平性食品

白米、大豆、鶏卵

涼寒性食品

柿、かに、あさり、豆腐

基礎代謝を高める食べ物

炭水化物

脂肪

タンパク質

体を温める食べ物



体を冷やす食べ物

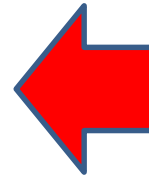


温かいものを食べる

体を温める食べ物



体を冷やす食べ物

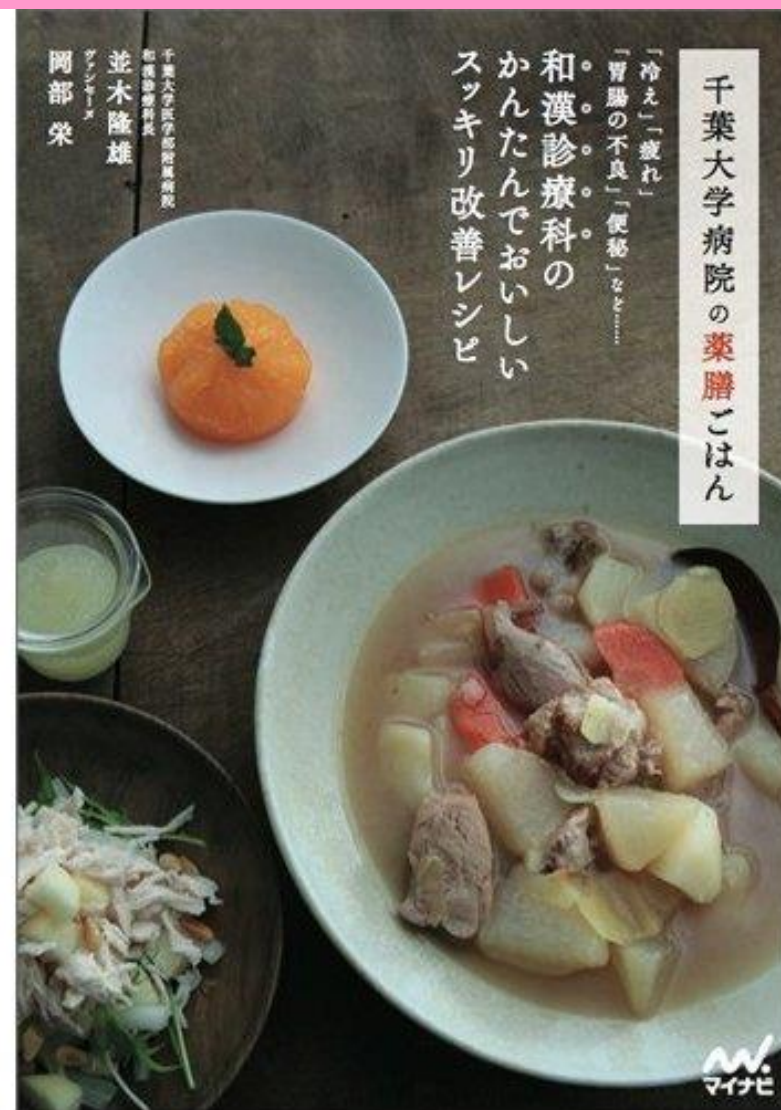


冷たいものも、温めて食べれば
温める食べ物に変わる

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)

温かさを保つ漢方の養生（衣食住）

* 科学的根拠が少ない

衣

- お腹を冷やさない。（最近のヘソ出しルックは禁）
- 防寒に注意

食

甘いものを食べすぎない（浮腫）。

果物を摂りすぎない。特にトロピカルフルーツは禁物

- コーヒー，緑茶を避けて**焙じ茶**を基本とする。
（一日に1度ぐらい飲むのは可）

住

窓の近くに床を置かない

- 23時から1時の真夜中は、床に就いている。

防寒(レッグウォーマー)



高木嘉子先生 提供

漢方薬を効かせる工夫

- 冷たいものは避ける
特に

具体的に指摘
果物・生野菜・アイス・
ヨーグルト・水の多飲

冷え性・気逆（ホットフラッシュ）のかた

- 防寒に注意

特に、浮腫がある、こむら返りをする

今まで有効だった漢方薬が
効きにくくなったとき

証とともに食事の注意事項をまず確認！