



高齢者疾患と漢方治療

ANTI-AGEINGと東洋医学の世界

大分市 織部内科クリニック

織部 和宏

一般社団法人日本東洋医学会 利益相反（COI）開示

織部内科クリニック 織部 和宏

演題発表内容に関連し、発表者全員並びに発表者全員の配偶者、一親等の親族及び生計を共にする者に開示すべき利益相反（COI）関係にある企業などはありません。

はじめに

女性ファンが大変多い韓流ドラマや映画を見ていていつも思うことは、主人公の若い男女が20年先、あるいは50年先にはどんな感じになっているのだろうかと言うことである。主人公の男性は髭面の薄毛老人、女性は肥満もしくは骨粗しょう症で亀背では本当に興ざめである。誰でも年は重ねていくのなら「きれい」に老いていきたいものである。

中国では秦の始皇帝の徐福の伝説はともかくとして、不老長寿をめざしてそれこそ多くの文献が残されている。その割に現代の中国人の年寄を観察してみると、健康的できれいな例になかなかお目にかかれないので、それらの立派な教えは実行されていないのか、実行しても効果がないのかと思わざるを得ない。

以上より他の先生方は『抱朴子』や『黄帝内経』他、中国の養生論か房中術等、日本では貝原益軒の『養生訓』等々引用されると思われるので、著者は独断と偏見で思いつくまま述べさせていただくことにする。

さて、男性が一番弱いと言うか、惹かれやすいタイプの女性は漢方的には当帰・薬散タイプではないでしょうか。

色白でポチャとして清楚で少し冷え性で何となく淋しげで「俺が守ってあげなかったらこの娘はどうなるんや」といったタイプ



今ではどのようなタイプになったでしょうか…。

そう考えると人間の男は大変です。もちろん男性の勝手な言い分です。意見の違う女性は多いとは思いますが…。

【症例1】 M.K. 70歳 男性

大東亜戦争で腰に弾丸を受け以後雨降りや寒い日になると腰痛、左坐骨神経痛が悪化し、漢方治療を希望してX年4月当院を受診した患者である。腰を屈めて左足をひきづりながら来室した。

やや、やせ型で舌は紅舌、無苔、脈沈細で尺脈はほとんど触れない。腹診で腹力やや弱く少腹不仁、皮膚は乾燥している。肝血虚＋腎虚と思われた。血圧は140/80mmHg。

以上より**53ツムラ疎経活血湯エキス7.5g/日**を処方した。

結果は抜群で月を追うごとに腰痛も坐骨神経痛も改善し、半年後には健康な人なみにスムーズに歩けるようになったと大変喜ばれたが、一年後に「先生、私の髪をみて下さい」とニコニコしながら来室した。何と白髪が房々とした黒髪にかわっている。

【症例1】 M.K. 70歳 男性

毎日みていたのだが、坐骨神経痛にこちらの気が奪われていて髪のごことは余り気にしていなかったし相手の70歳の年齢から、たかが白髪が黒くなったくらいでご本人がこんなに喜ぶなんて思いもしなかったもので、このことは私自身本当にびっくりした。「先生、あの薬本当に良いですね。坐骨神経痛はよくなるし髪は黒くなるし、しかも下半身もお陰で元気になりました」としきりに感謝してくれるので、こちらまでうれしくなってきた。

[症例1の考察]

髪は血の余りと言われるので、抜け毛や白髪は血虚や腎虚の面より治療すると、時にこういうドラマチックに改善するケースに出会うことがある。**53疎経活血湯**は**71四物湯**をベースに色々の生薬を加味して作られており、単なる神経痛の効果だけでなく、より全身的に作用することが分かる。また、人間は心の動物であり髪が黒くなったことは、心身の調子も若がえってくるという副次的効果をもたらすことが示唆された。

コメント①

抗加齢 ①髪を黒々とさせよう！

さて、血虚、腎虚と関連して「しわ」「乾燥肌」の問題がある。特に女性が気にするのが顔、中でも目尻のしわである。

【症例2】H.M. 55歳 女性

52歳頃より生理が不規則となりその頃より顔はホテる。ノボせる。イライラして眠れない。不安感、焦燥感、口乾、手足の裏がホテると言ってX年5月連休明けに来院した。気が強そうで挑戦的な様子がミエミエで、訴えることが実に多く、経験上こういうタイプの方は、反論しても素直に納得することはまず無いことが分かっているので、だまってうなずきながら聞いていた。最後に「どこが一番気になる所ですか」と尋ねると「目尻のしわと乾燥肌」と言う。「更年期の諸症状はどうしますか」と問うと「そんなことは気にしていません」と言う。

漢方的には**24加味逍遙散**タイプだろうか。

腹診所見は典型的な**加味逍遙散**であった。やはりと言うべきか。そこで「しわ」は血虚も加味していると考え、**加味逍遙散加川・、地黄、阿膠**を煎じ薬で投与した。過去の経験上、このタイプの方は毎回色々文句を言うことが多いのでそのつもりで再診した。ところが来室した際の顔ぼうを見てこちらの方がびっくりした。なんとニコニコ顔ではないか。「先生、漢方がこんなに効くとは思いませんでした。目尻のしわも少しよくなったみたいです」と別人のような顔をして言うのである。刻み込まれた「しわ」が2週くらいの漢方で消失することは普通ありえない訳で、男でもそうであるがきつい性格で眉間や目尻に顔をしかめる習慣でついた「しわ」は、その性格をおだやかにして顔をしかめる習慣がなくなれば、ひどい老化によるものでなければ改善してくる可能性はある訳で、この女性は継服して一年後にはきれいに「しわ」がとれ、本人も旦那さんも周囲の人も主治医の私も大変喜んだケースである。

[症例2]

コメント②

抗加齢 ②眉間や目尻の「しわ」は性格を
穏やかにすることにより改善する。

【症例3】 Y.S. 60歳 女性

女性が老化を感じるひとつの症状として、若い頃のような肌の水々しさがなくなり萎縮してカサカサすなわち乾燥肌になり、更には掻痒症となり皮疹も出ること等がある。

この60歳女性の乾燥肌は、口や唇が乾き手足の煩熱もあり、しかも腹診で下腹が冷えていたので、**温経湯加熟地黄、香附子、烏薬**を煎薬で投与した。熟地黄は滋陰をパワーアップするために、また香附子、烏薬は、気持の落ち込みをひきたて気の滞りをスムーズにする目的で加味した。

【症例3】 Y.S. 60歳 女性

結果は大変良く、2週置きの来院ごとに気分の落ち込みの改善から始まり、肌は少しずつではあるが潤いが出、口唇の乾き、手足の煩熱が消え、一年後にはしっとりとした水々しい肌の上品な女性に変身していた。「先生、口紅やファンデーションの『のり』も良くなり主人が優しくなっただけでなく、クラス会の男性群にはじめてもてるようになってうれしかった」とのこと。それなら自由診療で女性の美容クリニックを専門にしても何とか食べていけそうだなと一瞬思ったが女性は気まぐれ、いつも柳の下にドジョウがいる訳でもないしと、それはあきらめることにした。

[症例3]

コメント③

抗加齢 ③106温経湯は60歳くらいの女性に使用しても、肌がしっとりツルツルになる。若い人だけではない。もっと年をとったら86当帰飲子だと思われる。

女性が気にする症状

「やせたい」「スマートになりたい」「見かけだけでも」



症例 64才 女性

立位が続くと腰が痛くなる。近医でやせるよう言われたが実行出来ない。漢方でやせさせて欲しいと言ってX年10月27日来院。

身長142.5cm、体重59.0kg、腹囲91cm

血圧130/74 脈沈やや弦

立派な太鼓腹だが、果物だけ控え出来る限り物を持たずに平道を一日20分だけ歩くように指示した。この手のタイプにはいくら細かく指導しても実行力、持続力、根気がないのは経験ズミである。そして20防已黄耆湯7.5g合茯苓飲7.5gを処方した。



結果

X年10/27 11/16 X年+1年5/22

体重
腹囲

59kg 57kg ~ 48kg
91cm 88cm 75cm



コメント

フィットネスジムと比較してどうか。

防己黄耆湯タイプは運動の継続実行力がない。

合茯苓飲が一番効果がある。

症例 F.F

同じくやせたいが主訴の51才、女性。身長143cm、例によって防己黄耆湯合茯苓飲を処方した。

結果	X年3/16	3/22	4/16	4/23	5/9	~	8/7
体重	54kg	→ 54	→ 53	→ 51.5	→ 51	→	49.5
腹囲	88cm	→ 85	→ 91	→ 88	→ 86	→	82



症例 S.M 59才

「やせたい」「スマートになりたい」「漢方で助けて」

防己黄耆湯合茯苓飲で

身長161cm

結果 X年1/28 2/12 2/26 3/28 4/12 6/13 8/4 9/29

体重 69kg → 67 → 66 → 65 → 64.7 → 63 → 62 → 61

コメント:結構 効くでしょう。

【症例4】 M.M. 60歳 女性

3年前に受診した方で、入室すると開口一番「先生、やせる漢方を下さい」と言う。やせる漢方と言われても食事の制限や運動もろくにせずに、漢方だけ服用してスマートにやせるなんて誰が聞いても虫の良い話であるが、一般的には腹診所見や便秘の有無を参考にして**8大柴胡湯**や**62防風通聖散**、**20防已黄耆湯**、食欲を抑制する目的で**78麻杏薏甘湯**等を処方することが多い。

特に肥満を主訴として来院する女性は、日本ではいわゆる水太りタイプが多く、こういうタイプは果物等甘い物を食べるのが大好きで、それでいて運動することは苦手で長続きしない傾向にある。

【症例4】 M.M. 60歳 女性

そこで「診察しましょう」と言ってベッドにあがってもらった所、ガッチリしたボディスーツでかためている。ぬいでもらった所、立派な太鼓腹がドーンと飛び出してきてびっくりさせられた。

20防己黄耆湯合69茯苓飲をエキスで投与。果物だけひかえなさいと忠告しておいた。経験上、細かな食事指導をしてもこのタイプの人達には実行力がないのが分かっていたからである。

結論から言うと期待に反して一ヶ月で3kg、三ヶ月で5kg、半年で10kgの体重減を認め実にスマートで引きしまった体になり、顔も目も生き生きとしてきた。

そのせいもあり同型タイプの肥満の方を何人もつれてきてくれて、今の所全例減量に成功している。

[症例4]

不思議なことに、体重の減少に反比例するかのように顔や眼に生彩が出てきて美人になってくることで、女性にとってスマートになることはすごく自信となりそれが善循環となり、日々の生活にうるおいを与え美人化していくことにつながったのだと思われた。

コメント④

抗加齢 ④漢方薬を服用してやせることは、女性にとって自信となり美人化していくキッカケとなる。

【症例5】 N.T. 64歳 男性

頭髪はやや薄いがなかなかスマートな男性で、主訴はゴルフの飛距離をドライバーで20ヤード延ばしたいということ、ここ4~5年前より30歳代の息子とラウンドして、ドライバーで50ヤード近く置いていかれるようになったと言う。

そんなうまい手段があるのならとくにこの私が実行していると言いたかったが、患者が至極真面目な顔をして頼むので「漢方で何とかしましょう」と引き受けたものの、技術と頭脳と筋力と根気がからむので事はそう簡単にいきそうにない。

【症例5】 N.T. 64歳 男性

そこで、飛距離を伸ばすためには筋力UPからと考え、「五臓六腑論」では脾は肌肉をつかさどっているので、**41補中益気湯**ははずせないと考えた。次に『黄帝内経』の「靈蘭秘典論」に「腎は作強の官、伎巧出ず」よりテクニックの維持とまた根気の持続のために**7八味地黄丸**を合方で投与した。2週後に来院して患者は「この漢方はすごく良い。食欲も出たし体力、気力が増してきた。練習にいつても疲れな」と言う。半年間の継服で本人の目的通りドライバーの飛距離が20ヤード近く伸び、息子と良い勝負が出来たと大変な喜びようである。

男はいくつになっても子供(男の)がライバルである。

【症例5】 N.T. 64歳 男性

著者が60歳当時、26歳の息子に登山でも水泳でも絶対に負けたくない気持を持っていた。家内は「貴方、年を考えなさい」と言うが、かく言う彼女だって二人の娘をライバルとしてテニスやエステに通い心身をきたえていたのである。

コメント⑤

抗加齢 ⑤いつでも子供がライバルで頑張りたい人、男性は41補中益気湯合7八味地黄丸がおすすりめである。

さいごに

若々しさを長く保つには、体の管理はもちろんだが心の健康が特に大事だと思われる。そのためには、体を動かしながら楽しめるものとして「社交ダンス」がある。著者は10年以上週3回は通っているが、教室の客の平均年齢は男女共65～70歳くらいである。ダンスは相手と組んで踊るので適度の緊張があり、またパーティーに出るとなかなか華やかで結構楽しめる。

姿勢は年取ってくると特に大事で、よく人は血管と共に老いると言われ動脈硬化にならないよう色々注意している方も多いと思うが、私は**姿勢を正しく保つことも抗加齢の大きなポイント**と思っている。社交ダンスをするとその姿勢はよくなるし、足は屈伸あり前後左右に動かすので、日常生活で使わない筋肉もきたえられ脚力の低下の予防どころか強化にもなる。

次に、不幸にして病気になった場合には、西洋薬の服用は必要最低限にとどめることである。種類が増えれば副作用も多く出やすくなり、薬同士の相互作用も馬鹿にならない。年をとるのと反比例して西洋薬の種類は減らすべきである。「病これを得て治せざれば常に中医をえたり」という漢方の格言がある。

最後に、手と頭を使い常に適切な状況判断を迫られる賭けない麻雀は、老化防止のひとつの趣味としておすすめしたい。また口腔ケアはどの年代の人にとっても重要であるが、へたな歯科にかかるとすぐ抜かれるので用心がいる。

コメント⑥

美しく健やかに年をとることはなかなか難しい。
でも目標にするだけで楽しいと思う。



ご清聴ありがとうございました。

