

02 漢方処方に際して最低限知っておきたい用語はこれだ！

結論から先に…

- 温めると改善が得られる病態を「陰証」、冷やすと改善される病態を「陽証」と呼ぶ。
- 「虚」とは元気がない状態、「実」とは体内に病的産物が存在する状態。
- 「気」「血」「水」は体内を循環する要素であり、これらの間で調和がとれ、順調にめぐっている状態を健康と考える。
- 「五臓」とは肝、心、脾、肺、腎を指す。
- 「四診」は漢方医学における診察法で、「望」とは視覚を、「聞」は聴覚あるいは嗅覚を、「問」は言葉による情報のやりとりを、「切」とは触覚を通して情報を得る診察法を指す。

1 いんよう きょじつ 陰陽・虚実ってなんだ？

① 陰陽——温めるか？ 冷やすか？

- 病気の中には、温めると症状の改善が得られたり、反対に悪化したりする症状が経験的に知られています。前者では慢性の疼痛、後者では急性の炎症がその一例と言えます。
- 漢方医学では、個々の生薬に「温める」「冷やす」「どちらでもない」という性質があると考えます。たとえば、しょうきょう 生姜、ぶし 附子（トリカブトの根）などは温め、せっこう 石膏、おうれん 黄連などは冷やすと考えています。
- そして、温めると改善が得られる病態を「陰証」、冷やすと改善が得られる病態を「陽証」と呼んでいます（表1）。



表1 病態把握からみた陰陽概念と治療

	陽	陰
概念	熱のある状態 症状が表に現れやすい状態 新陳代謝の亢進している状態	冷えている状態 症状が表に現れにくい状態 新陳代謝の低下している状態
生薬	冷やす作用を有する薬物が有効 石膏, 黄連など	温める作用を有する薬物が有効 附子, 乾姜, 呉茱萸湯, 当帰など
処方	白虎加人参湯, 黄連解毒湯など	真武湯, 人参湯, 大建中湯, 呉茱萸湯, 当帰芍薬散など
症候	暑がり 顔が赤い 患部の赤みが強い 熱感が強い 口渇が強い 尿量が少ない 濃い色の尿・分泌物	寒がり, 冷え症 顔が蒼白 患部の赤みが乏しい 熱感が弱い・ない 口渇が弱い・ない 尿量が多い 薄い色の尿・分泌物

②虚実——補うか？ 排除するか？

- 虚実という概念(表2)も漢方においては重要です。
- 虚とは、要するに元気がない状態を指します。以下の項で述べる「気」の働きが低下した状態です。この病態を「虚証」と呼び、人参、黄耆、膠飴などを含む処方で対処します。
- これに対し実とは、体内に病的産物が存在する状態です。身体表面に病的産物があれば発汗などにより、身体内部にあれば瀉下や利尿により、病的産物の排除を図ります。前者では桂皮や麻黄が、後者では瀉下に大黃が、利尿に茯苓、朮、沢瀉などが用いられます。これらのほかに、身体内部で病的産物を中和してしまう治療があります。「和解」と呼ばれ、柴胡が配合された柴胡剤を用います。

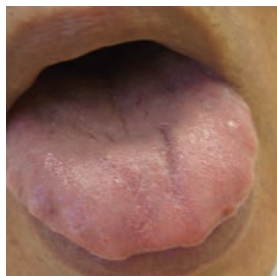
表2 病態把握からみた虚実概念と治療

	実	虚
概念	元気の保たれている状態 闘病反応を強く示している状態 一般には体力の強い人にみられる (攻撃的治療が可能である)	元気のない状態 病に対する闘病能力の低下した状態 一般には体力のない人にみられる (体力を補う必要がある)
生薬	大黃, 麻黄などの薬物が効果的	人参, 黄耆, 膠飴などの薬物が効果的
処方	大柴胡湯, 大承気湯, 麻黄湯など	六君子湯, 補中益気湯, 十全大補湯, 小建中湯
症候	機能・予備力が十分ある 疲れにくい 胃腸が丈夫 栄養状態が良い 筋肉の発達・緊張が良好 寝汗はかかない お腹に力がある 闘病反応が強い	機能・予備力が低下 疲れやすい 胃腸が弱い 栄養状態が悪い 筋肉の発達・緊張が悪い 寝汗を大量にかく お腹に力がない 闘病反応が弱い

表6 舌診の所見 (舌証)

舌診では、気血水、臓腑、病位（傷寒論）などの観点から推定する。舌の観察では、主に舌質と舌苔をみる

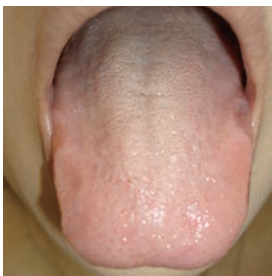
舌質：舌の形、色調を観察する	
舌の形態	
厚み	厚い舌→実証 薄い舌→虚証 ぼてっとした水っぽい舌→気虚・水毒
歯痕舌（写真A）	舌辺縁にみる歯型のような凹痕→水毒
鏡面舌	舌乳頭の消失した状態で光沢がある舌→体液・血液の不足
裂紋（写真B）	舌表面の亀裂→気虚や血虚など。病的意義がない場合もある
乾湿	一般には、乾燥→熱証（脱水、瘀血などでも） 一般には、湿潤→寒証
舌の色調	
白舌（写真C）	正常よりも白い舌→気虚、血虚
紅舌	正常より紅い舌→熱証（発熱、脱水、瘀血など）
暗赤～紫色の舌（写真D）	瘀血
舌下静脈の怒張（写真E）	瘀血
舌苔：色調、厚み、乾湿などをみる	
舌苔の色調：正常では、無苔ないしごく薄い白苔程度である	
白苔（写真F）	口が粘る・苦い、口が乾くなどの症状と少し厚い白苔は小柴胡湯を用いる
黄苔（写真G）	白苔より病邪が体深部に侵入し、熱の状態が強い場合は大柴胡湯、大承気湯を用いる
その他	
地図状舌（写真H）	糸状乳頭の部分的萎縮、一般に虚証の徴候



A: 舌質が厚く、歯痕と白苔を認める



B: 赤味があって、亀裂の著明な舌



C: 色がやや淡白で、舌の厚みが薄い



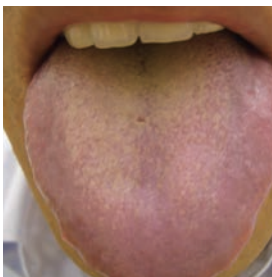
D: 暗赤～紫色（瘀血）



E: 舌下静脈の怒張（瘀血）



F: 瘀血とやや厚い白苔を認める



G: 黄苔



H: 白苔と正常な粘膜が混在し、地図状の模様を呈する

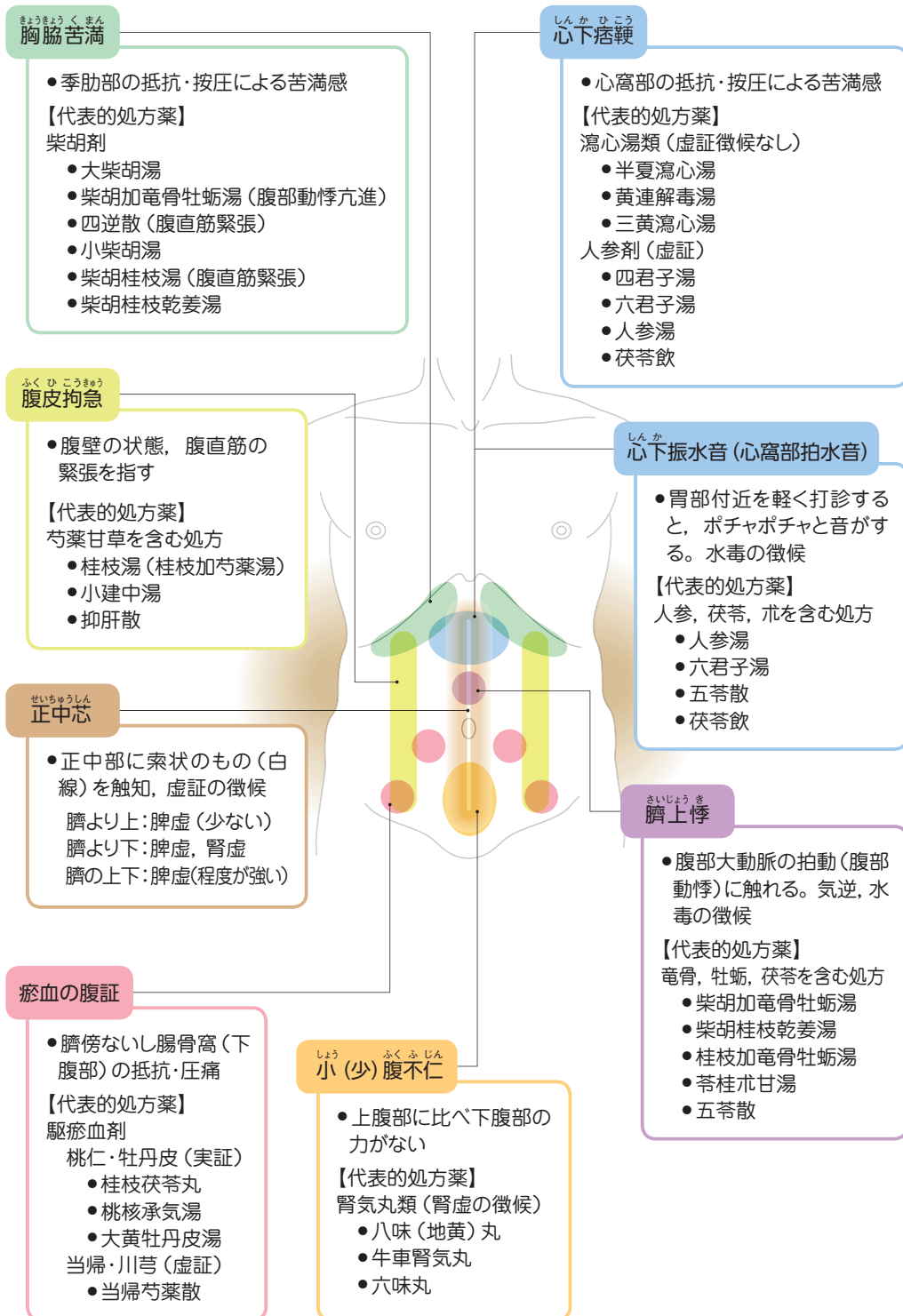


図1 代表的な腹診所見と処方薬

（佐藤 弘）

21 頻尿・排尿困難

良い適応となるのは？

- 加齢に伴う下部尿路疾患，特に過活動膀胱や前立腺肥大症の初期病期と慢性膀胱炎（膀胱痛症候群）が良い適応です。

処方薬はこれ！

第一選択

▶ 中高年の泌尿生殖器症状には，まずは補腎剤の八味（地黄）丸

第一選択薬が効かないときや，その他の特徴的な症候を示している例には？

八味（地黄）丸が有効な症例で，さらに…

- ▶ 手足の冷え・しびれが強い場合 → 牛車腎気丸
- ▶ のぼせ感・ほてり感を訴える場合 → 六味丸
- ▶ 胃腸虚弱で胃腸障害が出る場合 → 清心蓮子飲
- ▶ 体力衰弱，寒がり，四肢冷感，胃腸虚弱が強い場合 → 真武湯

第二選択薬は清熱利水剤

- ▶ 証は幅広く使用可能/発症1カ月以内 → 猪苓湯
- ▶ 中間証～やや虚証/発症1カ月以降，慢性化 → 猪苓湯合四物湯
- ▶ 実証/急性～慢性/痛みが比較的激しい人 → 竜胆瀉肝湯
- ▶ 中間証～やや虚証/慢性/痛みが比較的軽い人 → 五淋散
- ▶ 虚証/慢性/冷え症で神経質，胃腸虚弱 → 清心蓮子飲

寒さで症状が増悪する場合

- ▶ 虚証/冷え症で体質虚弱，手先・足先の冷え → 当帰四逆加呉茱萸生姜湯
- ▶ 虚証/腰部～下肢の冷えと痛み → 苓姜朮甘湯
- ▶ 虚証/易疲労，多数の変化する自律神経失調症状 → 加味逍遙散
- ▶ 虚証/易疲労，冷え症，貧血 → 当帰芍薬散
- ▶ 中間証～やや実証/骨盤腔内静脈うっ滞症候群 → 桂枝茯苓丸

加齢に伴う脾虚や気虚には補脾(気)剤

- ▶ 慢性疾患，体力低下＋全身倦怠感＋食欲不振 → **補中益気湯** ほちゅうえつ きとう
- ▶ 補中益気湯の証に＋貧血＋冷え → **十全大補湯** じゅうぜんたい ほとう
- ▶ 十全大補湯の証に＋健忘＋呼吸器症状 → **人參養栄湯** にんじんようえいとう

処方の前に押さえておこう！

- 下部尿路症状には頻尿や排尿困難のほかにも，尿意切迫感，尿失禁，残尿感，排尿痛などがあり，重複が多くみられます。
- 原因は加齢のほかにも，心因性，冷え症，更年期症候群，睡眠障害，多飲習慣，西洋薬の副作用など多岐にわたります。
- 進行例では外科的処置や西洋薬治療を優先すべき疾患があることから，漢方治療の限界や不適応病態も念頭に置く必要があります。

1 頻尿・排尿困難とは？ なぜ起こる？

① 頻尿とは？

- 頻尿は膀胱の蓄尿機序の異常で出現し，日常での排尿回数が異常に多い場合を言い，時に尿意切迫感や尿失禁を合併します。
- 頻尿は昼間頻尿と夜間頻尿に分類され，昼間頻尿とは起床中の排尿回数が8回以上，夜間頻尿とは就寝中の排尿回数が2回以上の場合を言います。



② 排尿困難とは？

- 排尿困難は膀胱や前立腺などの排尿機序の異常で出現し，排尿時に感じる排尿障害の症状を言い，時に残尿感を伴います。
- 排尿困難には，尿がすぐ出ない，尿の勢いが弱い，尿線が細い，尿の切れが悪い，排尿に時間がかかる，などの症状があります。

2 漢方医学の考え方は？

- 腎の概念が重要です。腎は先天の生命力を表し、人生に宿命的な成長→生殖→老化（腎気）を調節するとともに、水分代謝機能の維持と調整を担っています。
- 腎虚が進行すると加齢に伴う性ホルモンの生理的減少が起こり、同時に泌尿器系機能の低下が起こります。治療方剤は補腎剤です。
- 腎気には精神機能の調節作用があり、腎虚では生命活動を司るエネルギー（気）が失調し、気虚や気鬱（気滯）に進行します。
- 腎尿路系臓器の疾患は水毒（水滯）が深く関係しており、発現機序は水分の排泄異常や免疫異常（アレルギー）に相当します。治療方剤は清熱利水剤です。
- 関係臓器の膀胱や前立腺は骨盤腔内に位置するため、宿命的な解剖学的変化で起こる瘀血が随伴します。治療方剤は駆瘀血剤です。
- 加齢により後天の生命力が低下して脾虚になると、体力、免疫力、精神活動の低下とともに気の異常が随伴します。治療方剤は補脾（気）剤です。

① 腹証の把握

- **小腹不仁**：下腹部の正中線部に力がなく抵抗が抜ける感覚があります。腎虚の徴候で、八味（地黄）丸や牛車腎気丸の腹証です。
- **小腹拘急**：下腹部の腹直筋下端に抵抗があります。八味（地黄）丸の腹証です。
- **正中芯**：腹部正中線上の皮下に索状物を触れます。臍上部は脾虚、臍下部は腎虚の腹証です。臍の上下にあれば真武湯、臍下にあれば八味（地黄）丸が使用目標です。
- **瘀血の腹証**：下腹部の回盲部や臍傍部やS状結腸部に抵抗・圧痛がある場合はともに瘀血の腹証で、駆瘀血剤が使用目標です。

② 適応薬の選択（図1）

- 漢方では西洋医学的な疾患病名にとらわれずに、出現した症候を全身症状の一徴候としてとらえて適応処方を選択します。
- 証の鑑別は、虚実からみた体力（実証・中間証・虚証）と、陰陽からみた体質（手足冷感の有無）の両面から観察します。
- 高齢者は背景因子に虚弱体質、抗病反応の低下、生体防御機構の失調、新陳代謝の低下などがみられ、症状や経過が慢性化・遷延化する傾向があることから、虚証向け・陰証向けの処方が多くなります。

治療方針	基本処方		応用処方	
	第一選択 補腎剤	第二選択 清熱利水剤	その1 瘀血血剤	その2 補脾(気)剤
症状 体力	四肢冷感 なし	四肢冷感 あり	瘀血の症状 裏寒(寒さで 症状が増悪)	体力低下 食欲不振 全身倦怠感
実証	竜胆瀉肝湯	猪苓湯 (証に無関係) 猪苓湯合四物湯	大黃牡丹皮湯 桃核承気湯	
中間証	五淋散		桂枝茯苓丸	
虚証	六味丸 八味(地黄)丸 牛車腎気丸 清心蓮子飲 真武湯		苓姜朮甘湯 加味逍遙散 当帰芍薬散 当帰四逆加 呉茱萸生姜湯	補中益気湯 十全大補湯 人參養栄湯

図1 頻尿・排尿困難の漢方治療指針

ちょこっと memo

牛車腎気丸：頻尿改善の作用機序

- 牛車腎気丸の頻尿改善効果に関する薬理学的な作用機序が解明されつつあります。
- 以前はコリン作動性刺激で膀胱に収縮抑制が起こるとされてきましたが、近年の研究では、①内因性ダイノルフィンの遊離を促進して脊髄内のκオピオイド受容体の興奮が起こり、知覚抑制系が活性化して膀胱収縮の頻度のみが抑制される¹⁾、②病的状態で起こる仙髄レベルの無髄感覚線維(C線維)での過剰な膀胱反射経路を抑制して、膀胱の過活動作用が抑制される²⁾、との報告があります。

ガイドラインに記載されている方剤

- 日本間質性膀胱炎研究会・日本泌尿器科学会『間質性膀胱炎・膀胱痛症候群診療ガイドライン』(2019年)には、効果のあった方剤として竜胆瀉肝湯、猪苓湯、当帰四逆加呉茱萸生姜湯、安中散等の処方あんちゅうさんが記載されています³⁾(推奨グレードC1)。
- 日本排尿機能学会『女性下部尿路症状診療ガイドライン』(2013年)、『過活動膀胱診療ガイドライン』(2015年)には、牛車腎気丸は、女性過活動膀胱患者に有効であるという報告が記載されています⁴⁾(推奨グレードC1)。
- 日本排尿機能学会『女性下部尿路症状診療ガイドライン』(2013年)には、補中益気湯が腹圧性尿失禁に効果がある処方として記載されています⁵⁾(推奨グレードC1)。