

冷えは万病の元 漢方が効く

大野クリニック 院長
大野 修嗣

【講師略歴】

大野 修嗣（おおの しゅうじ）

- 1947 年 埼玉県比企郡生まれ
1973 年 明治薬科大学製薬学科卒業
1980 年 埼玉医科大学医学部卒業
1980 年～1982 年 同大学病院にて内科研修
1982 年 同大学病院第 2 内科助手
1984 年 埼玉医科大学膠原病外来 および 東洋医学外来担当
1990 年 医学博士取得
1990 年～1991 年中華人民共和国 山西省太原市
山西省人民医院中医科へ 1 年間留学
1992 年 埼玉医科大学第 2 内科講師
(膠原病外来、東洋医学外来担当)
1996 年 埼玉県比企郡にて 漢方 大野クリニック開業
2001 年 6 月～2005 年 5 月
日本東洋医学会 副会長
現在 大野クリニック院長
国際東洋医学会 理事
明治薬科大学客員教授
埼玉医科大学第 2 内科非常勤講師
日本大学医学部非常勤講師

学会活動

- 日本東洋医学会 評議員・専門医・指導医
日本リウマチ学会 評議員・専門医
日本アレルギー学会 功労会員
日本内科学会 認定内科医

専門分野

内科、リウマチ・膠原病、アレルギー、漢方医学

冷えは万病のもと漢方が効く

大野クリニック
院長 大野修嗣

2019年11月14日

漢方で‘冷え’とは

【漢方所見】

望診:皮膚が蒼白 湿舌
厚い白苔
切診:肌に触れて冷感 遅脈

【誘発所見】

寒冷刺激を嫌う(冷房が苦手)
症状が冷えた環境や冬に増悪

‘冷え’は万病のもと

- ‘冷え’は様々な病の原因となる
- 西洋医学はこの視点をもたない
- 漢方医学ではこれを認識している

症例 77歳 女性 主訴:悪寒・咽頭痛

〔現病歴〕 一日の朝から咽頭痛が出現
今朝37.2°Cの発熱. 悪寒と咽頭痛が出現

〔身体所見〕 37.5°C. 155cm, 45kg. 血圧115/76mmHg, 脈67/分
咽頭発赤. 胸部聴診;特記事項なし

〔漢方所見〕 瘦身. 顔面蒼白
咳・咽頭痛・腰痛・悪寒・全身倦怠感
食欲が少し落ちた. 下痢・便秘なし
沈遅濡脈. 腹部は軟弱. 発汗なし

漢方で‘冷え’とは

【自覚症状】

体質 :手足が冷たい
体が冷える
厚着の傾向
温かい飲み物を好む

風邪 :悪寒・無汗も冷えとする

胃腸 :下痢
痙攣性の便秘
冷えると腹痛・頭痛

症例 77歳 女性 主訴:悪寒・咽頭痛

〔処方〕 少陰病期 悪寒 倦怠感 咽頭痛
以上から **麻黄附子細辛湯** を処方

〔経過〕 翌日:朝36.5°C.
全身が温まった悪寒・咽頭痛が改善
鼻汁も改善したが倦怠感が残っている
5日目:36.0°C. 症状なく, 食事も普段に戻った
治療終了

風邪に対する麻黄附子細辛湯の有用性

封筒法による比較試験, 多施設共同研究
日本東洋医学会雑誌, 本間行彦 他, 第47巻第2号 245-252, 1996

患者背景

	TJ-127	総合感冒薬	P<
人数	83	88	
性(男/女)人	36/47	48/40	NS(T-test)
重症度			
軽症	53	51	
中等度	28	36	NS(U-test)
重症	2	1	
発病から受診 までの期間(日)	0.86±1.50	1.00±1.53	NS(χ2-test)
併用薬 あり/なし	10/73	10/78	NS(χ2-test)

症状消失までの期間(日)

	TJ-127	総合感冒薬	P<
発熱	1.5±0.7	2.8±1.5	0.001
熱感	1.8±1.4	2.5±1.5	0.021
咳・痰	2.5±1.2	3.5±1.7	0.034
寒気	2.0±1.1	2.8±1.4	NS
全身倦怠感	2.3±1.2	2.9±1.5	NS
頭痛	2.0±1.2	2.3±1.3	NS
咽頭痛・違和感	2.2±1.2	2.8±1.7	NS
鼻水・鼻閉	2.6±1.2	2.9±1.6	NS

大野一部改変

麻黄附子細辛湯(傷寒論)

麻黄・附子・細辛

〔生薬構成の意味〕

附子が熱薬で鎮痛。麻黄は温薬・燥性で鎮咳
細辛も温薬・燥性薬で鎮痛・麻酔・平喘の作用

〔何を治す〕 悪寒 倦怠感 咳嗽 咽頭痛

〔証〕 湿潤した淡白舌苔 沈細脈 腹部軟弱
少陰病期, 陰虚証

〔臨床応用〕 少陰病期の感冒 花粉症 寒冷蕁麻疹
冷えると痛む関節痛・神経痛

症例 60歳 女性 主訴: 帯状疱疹後神経痛

〔主訴〕 右背部から右側胸部の疼痛

〔既往歴〕 帯状疱疹を発症
バラシクロビル塩酸塩1週間分とアラセナA軟膏
2週間後プレガバリン, Vit. B12が処方された
めまいでプレガバリンが服用できない

〔身体所見〕 151cm 50Kg 血圧118/72mmHg 脈拍63/分
疼痛部の皮膚は改善

症例 60歳 女性 主訴: 帯状疱疹後神経痛

〔漢方所見〕

望診: 中肉中背, 痛みに堪えている表情

舌診: 歯痕(+), 舌質淡紅色, 薄い白苔, 舌下静脈(+)

問診: 「痛みに波状攻撃されているようだ」と

寒冷や風にあたると堪えられない

鎮痛薬は無効, 胃腸系は問題なし

切診: 沈遅弱脈, 腹力軟, 臍上悸(+)

症例 60歳 女性 主訴: 帯状疱疹後神経痛

〔処方と経過〕

冷えると痛みが強くなる, 沈遅弱脈から虚寒証と診断

→ 桂枝加朮附湯

3日後: 少しはよさそうだがまだ疼痛が強い

→ フシ末を3g追加

2週間後: 皮膚の発赤, 色素沈着なく改善, 痛みがない

もう1週間処方を追加して終診とした

桂枝加朮附湯

- 〔生薬〕 桂枝・芍薬・蒼朮・大棗・附子・生姜・甘草
桂枝湯に蒼朮と附子を加味
- 〔目標〕 虚証 表の寒と湿
望診: 青白い顔貌 淡白湿舌
切診: 沈遅脈
- 〔臨床応用〕 冷えに基づく関節痛・神経痛・筋痛
- 〔加減方〕 **桂枝加芍朮附湯** (桂枝加朮附湯合**真武湯**)

症例 39歳 男性 下痢と腹痛

- 〔経過〕 初診(11月4日)
青白い顔色、白苔、舌質淡紅色 → **寒証**
明け方の下痢(鶏鳴瀉) → **真武湯**を処方
- 11月18日 : 体温35.9℃. 快適と. 腹痛改善
1月6日 : 体温36.6℃. 頭痛・眩暈・下痢なし
胃痛出現し, **真武湯**に**安中散**を併用
3月4日 : **真武湯**合**安中散**で快適に過ごしている

带状疱疹と漢方

- 初期(非水疱期).....升麻葛根湯
- 水疱期.....越婢加朮湯
- 带状疱疹後神経痛.....桂枝加朮附湯
(+ブシ3~4.5g)
.....疎経活血湯

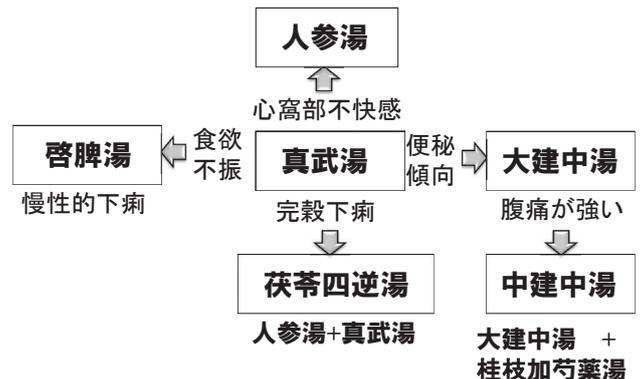
真武湯

- 茯苓・蒼朮・芍薬・生姜・附子
- 〔薬能〕 茯苓・蒼朮 = 苓朮剤(利水)
生姜・附子 = 温補
芍薬は鎮痙作用 総じて **温裏利水剤**
- 〔目標〕 冷え症 下腹部痛 下痢
随伴症状 → 眩暈, 動悸, 身体が重い
- 〔応用〕 冷えと水毒による各種病態
下腹痛を伴った下痢, 低体温症, 眩暈

症例 39歳 男性 下痢と腹痛

- 〔既往歴〕 低体温症
(34.8℃~35.1℃)
小児期に腸重積
- 〔現病歴〕 明け方に腹痛を伴った下痢が出現
- 〔漢方所見〕 望診: 顔面は青白い
舌診: 歯痕, 淡紅色, 白苔, 裂紋
問診: 毎年冬は腹痛・頭痛・フラツキがある
切診: 弱脈, 腹診では全体に軟で寒

真武湯の近縁処方



下痢と漢方薬

- 嘔気・嘔吐を伴う下痢: 小腸性＝ウイルス性
黄連・黄芩剤(半夏瀉心湯・黄連湯)
- 嘔気が無い下痢: 大腸性＝細菌性
抗菌薬と真武湯などの漢方薬併用

附子の使い方

附子の加味(温めながら痛みをとる)



副反応: ほてり・のぼせ・舌のシビレ・動悸・悪心

附子とは

キンポウゲ科 *Ranunculaceae*
のハナトリカブト

この塊根を使用する

成分: aconitine, mesaconitine
avonine, hypacinitine etc.

附子剤とその使用留意点

- ✓ 高齢者に使い易い
- ✓ 若年者・陽実証者には
動悸・シビレに留意
- ✓ 症例ごとに
至適用量がある

附子が配合された漢方薬

漢方薬	効能
麻黄附子細辛湯	悪寒・全身倦怠感・節々の痛み
八味地黄丸	腰脚の倦怠寒・腰痛
牛車腎気丸	腰脚の倦怠寒・腰痛・しびれ・浮腫
真武湯	腹痛・下痢
桂枝加朮附湯	神経痛・関節痛

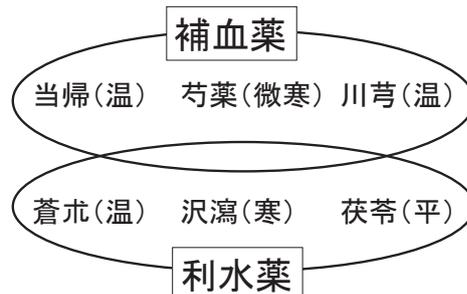
附子の効能

- 温熱⇒寒冷による症状, 冷えによる機能異常
(温裏)
- 鎮痛⇒寒冷により増悪する関節痛, 筋肉痛, 腹痛
(止痛)
- 抗衰弱⇒ショック状態, 循環障害による浮腫
(補陽)

症例 26歳 女性

- 〔主訴〕 生理不順・生理痛
- 〔現病歴〕 高校生のころからの生理不順
ホルモン治療を受けることに躊躇
婦人科での血液検査その他異常を認めず来院
- 〔身体所見〕 162cm, 48Kg. 血圧97/68mmHg. 脈拍73/分, 整
胸腹部の聴診他, 異常所見なし

当帰芍薬散



臨床応用: 冷え症・浮腫・眩暈・動悸・生理不順・生理痛
妊娠中の諸症状・不妊症

症例 26歳 女性

- 〔漢方所見〕
- 望診: 顔色不良, 瘦身, 肌は乾燥
- 問診: 生理不順・痛があり, 冷え症
尿量が少ない, 全身が浮腫みっぽい
夏のクーラーや冬が辛い
- 舌診:
舌質淡色
齒痕舌
舌下静脈(+)
- 切診: 遅弱滑脈

症例 48歳 女性 主訴: レイノー症状

- 〔現病歴〕 29歳時レイノー症状にて発症した強皮症
皮膚硬化は両手関節より末梢あるが進行なし
現在はレイノー症状があり家事に支障がある
- 〔身体所見〕 160cm, 51Kg. 血圧117/70mmHg. 脈拍67/分, 整
皮膚の硬化は両手関節より末梢
手指尖端に潰瘍瘢痕を認める
胸腹部の聴診他, 異常所見なし

症例 26歳 女性

- 〔処方〕 初診時: 生理不順・生理痛・皮膚乾燥・舌診→血虚
齒痕舌・浮腫→水毒
冷え症 = 当帰芍薬散
- 〔経過〕 1ヵ月後: 冷えが軽減
2ヶ月後: 生理痛が楽だった
半年後: 今年の冬は凍瘡が無かった
肌がスベスベしてきた, 継続中

症例 48歳 女性 主訴: レイノー症状

- 〔漢方所見〕
- 望診: 標準的体格, 舌診: 舌質淡紅色, 舌下静脈(++)
- 問診: 特に冬はレイノーと手指尖端の疼痛が辛い
足が冷えると腹痛, 下痢・便秘はない
- 切診: 沈遅脈, 腹壁軟弱
- 〔処方〕 末梢の冷え・腹痛 → 当帰四逆加呉茱萸生姜湯
- 〔経過〕 翌年からレイノー症状が消失

当帰四逆加呉茱萸生姜湯

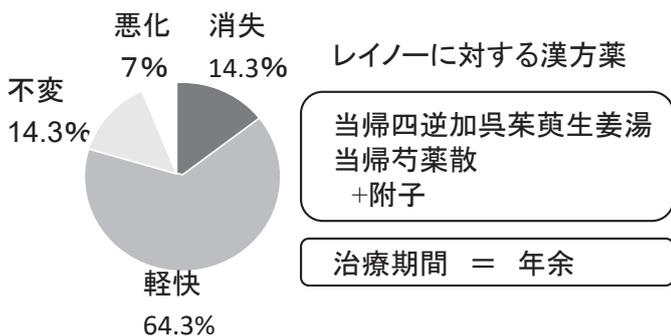
〔生薬構成〕 当帰・桂枝・芍薬・細辛・呉茱萸・木通
大棗・甘草・生姜
桂枝・芍薬・大棗・甘草・生姜は桂枝湯
当帰・細辛・呉茱萸は温熱. 木通は降火・利水・通脈

〔使用目標〕 手足の厥冷
冷えによる腹痛(疝)・腰痛・頭痛

〔合方〕 加附子 合 麻黄附子細辛湯

〔臨床応用〕 手足の冷え 凍瘡 レイノー 腹痛 頭痛 腰痛

レイノー現象に対する漢方



当帰

- セリ科のトオキ *Angelica acutiloda* Kitagawa
- またはその近縁植物の根で湯通ししたもの
- 性味: 苦, 微寒
- 薬能: 清熱涼血 活血祛瘀

当帰剤

当帰剤は手足(末梢)の冷えに向く

当帰芍薬散

当帰四逆加呉茱萸生姜湯

温経湯

当帰湯

十全大補湯

補中益気湯

症例 54歳 女性 主訴:腰痛

〔現病歴〕 3年前からの腰痛. 整形外科で検査
血液検査, 腰椎レ線上一問題なし
'腰痛症'と診断された
セレコキシブとレパミピドが無効

〔身体所見〕 155cm, 46Kg. 血圧144/66mmHg
脈拍70/分
胸腹部に異常所見なし

症例 54歳 女性 主訴:腰痛

〔漢方所見〕

色白. 舌診: 淡白色, 薄白苔, 齒痕舌
腰痛は寒い日が辛い. 手足・腰部・臀部の冷え
沈遅脈 腹力軟

〔経過〕 初診日: 腰部・臀部の冷えと腰痛から 苓姜朮甘湯
2W後: 腰部・臀部が温まって腰痛が半減
まだ冷えを感じる 麻黄附子細辛湯 を追加
4W後: 腰痛が軽快

その後, 寒冷期・エアコンの時期に服用

苓姜朮甘湯

茯苓・蒼朮・乾姜・甘草

- 〔使用目標〕 腰脚の冷えと痛み・頻尿
〔参考所見〕 虚寒証, 水毒, 淡白色で湿润した舌, 沈細脈
〔臨床応用〕 腰痛症・坐骨神経痛・頻尿
〔合方〕 麻黄附子細辛湯, 加附子(1.5g~6.0g)
〔冷えと腰痛についての鑑別〕
八味地黄丸: 腰脚の倦怠
五積散: 血虚と朝の腰痛, 上熱下寒
当归四逆加呉茱萸生姜湯: 手足の冷え, 腹痛・頭痛

症例 36歳 女性 事務職

〔経過〕

冷えと腹痛, 便秘に **大建中湯** を処方
2日後から便秘・腹痛が解消
1週間で廃薬
その後ときどき **大建中湯** を服用

症例 36歳 女性 事務職

- 〔主訴〕 便秘
〔現病歴〕 2月上旬から便秘と腹痛
3月6日に来院
〔身体所見〕 158cm52Kg
血圧126/78mmHg
脈拍66/分
腸雑音聴取せず

大建中湯

山椒 辛・大熱; 温性刺激剤
(蜀の国で取れたものが蜀椒)

乾姜 大辛・大熱
(生姜を煮沸して乾かしたもの)

人参 甘・微苦・微温
(御種人参を軽く湯通ししたもの)

膠飴 甘・微温
小麦に麦芽を加えて糖化させた飴

症例 36歳 女性 事務職

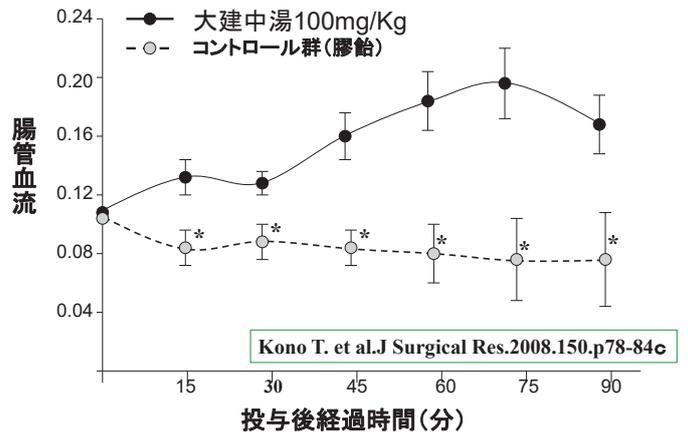
〔漢方所見〕

中肉中背. 顔面は色白
齒痕(++), 白舌苔, 湿潤

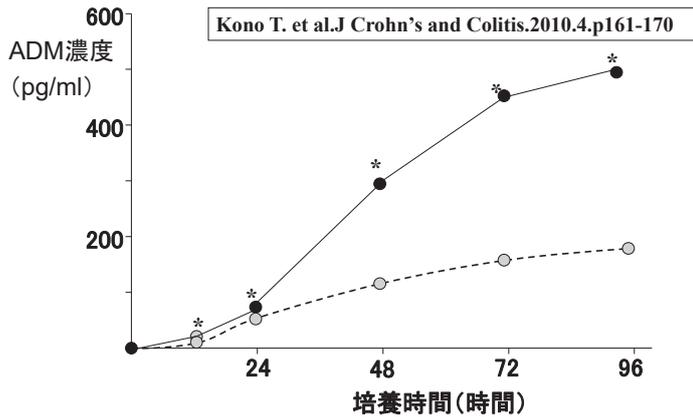
問診: 腹部が冷えている. 便秘
冷えると腹痛が強くなる
軽い嘔気がある

切診: 沈遅瀼脈. 腹診では全体に冷感高度で軟弱

大建中湯の腸管血流に及ぼす影響



大建中湯のアドレノメデュリン(ADM)遊離作用



大建中湯

〔何をどう治す〕 便秘・下痢・腹痛←胸腹部の冷え
蠕動不穏. 腸雑音低下. 腹力軟弱

〔西洋薬理学的考察〕

腸管血流を増加させる(アドレノメデュリン・CGRP)
プレバイオティクスとして働く(膠飴=オリゴ糖)

〔漢方所見〕淡白湿潤舌. 沈細遅脈. 腹壁の寒
蠕動運動の触知

症例 33歳 女性 主訴:腹痛

〔現病歴〕 7月26日夜から腹痛が出現
手元にあったベルベリン製剤を服用
ベルベリン製剤は細菌性下痢に禁忌
7月28日排便がなく, 腹痛が持続

〔身体所見〕 体温35.4°C. 156cm, 48Kg
血圧103/70mmHg, 脈拍68/分
胸部に異常なし
腸雑音聴取せず

症例 33歳 女性 主訴:腹痛

〔漢方所見〕

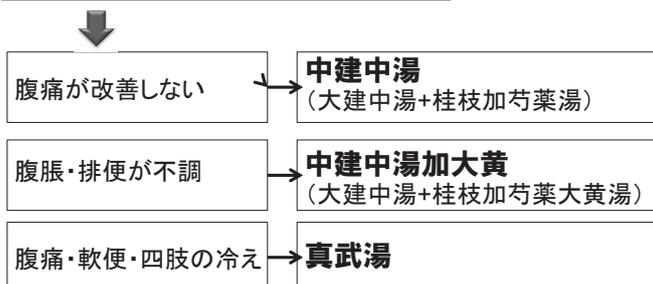
望診: 腹痛で苦悶様の表情
舌診: 淡白色の湿舌. 舌下静脈(+)

問診: 7月26日は祭りに行って飲み食いした
(カキ氷, アイスクリーム, 冷やしたキュウリ)
夜から腹痛. 置き薬の胃腸薬を服用
少し腹痛が軽減したが, すぐに再発して悪化
2日間排便がなく胸が痞えて重苦しい

切診: 沈弦遅脈. 心下痞鞭(++)

大建中湯と近縁処方

大建中湯 (人參・乾姜・山椒・膠飴)



症例 33歳 女性 主訴:腹痛

〔処方〕 冷えが原因の腹痛で **大建中湯** を考慮
しかし「胃痛」との訴え
冷え症をもつ症例の胃痛には**安中散**
ただし**安中散**は「胃痛」に対する効果
「胃寒」「胸部の痞え感」から **附子理中湯** 処方

〔経過〕 計3回服用して昼には排便あり, 腹痛改善
腸雑音は正常に復帰

廃薬

附子理中湯

- 〔構成生薬〕 人参 乾姜 蒼朮 甘草 = 人参湯 + 附子
- 〔使用目標〕 上腹部の冷え, 下痢, 便秘, 心下痞
人参湯より胃寒が顕著
- 〔漢方所見〕 舌: 湿潤・薄い白苔 脈: 沈細弱
腹: 軟弱な腹壁, 心下痞鞭, 上腹部の冷感
- 〔鑑別〕 人参湯: 上腹部の冷え, 下痢, 心下痞. 便秘なし
真武湯: 下腹部痛, 全身の冷え, 眩暈
小建中湯: 腹痛, 冷えが少なく気力低下
安中散: 冷え, 上腹部痛, 下痢がない

人参湯 <傷寒論・金匱要略>

人参3 乾姜3 蒼朮3 甘草3

- 〔生薬構成の意味〕 補陽剤
- 人参: 微温. 大補元気・健脾益気・生津
乾姜: 大熱. 清肺提気・祛痰排膿
蒼朮: 温. 燥湿健脾・祛風湿
甘草: 平. 補脾益気・清熱解毒・潤肺止咳
- 総じて, 全身を温めながら下痢・胃腸虚弱・体力低下を治す
- 〔関連処方〕
- 桂枝人参湯** = 人参湯 + 桂皮; 頭痛を伴った胃腸虚弱
附子理中湯 = 人参湯 + 附子; 胃寒が顕著

乾姜剤

乾姜は血行を促進して体内を温める

- 大建中湯** 便秘・下痢・腹痛
人参湯 胃の不快感・下痢
苓姜朮甘湯 腰脚の冷え・腰痛・頻尿