

# つらい痛みが なくなる漢方 ～関節痛・腰痛・頭痛を治す！～

東海大学医学部 客員教授  
新井 信

## 【講師略歴】

東京女子医科大学付属東洋医学研究所 医局長を経て

2017年4月 東海大学医学部 教授

2024年4月 東海大学医学部 客員教授

昭和33年 埼玉県 秩父市生まれ

昭和56年 東北大学薬学部 卒

昭和63年 新潟大学医学部 卒

医師、薬剤師

医学博士、総合内科専門医、漢方専門医・指導医、医学教育専門家

東京薬科大学客員教授、早稲田大学非常勤講師

横浜市立大学非常勤講師、聖マリアンナ医科大学非常勤講師

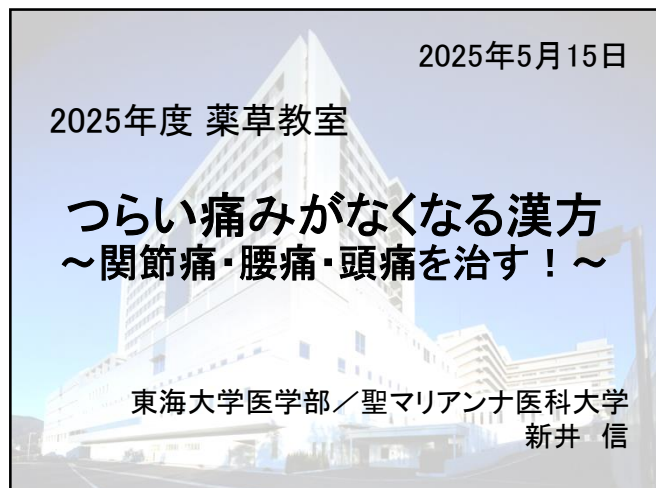
東北大学薬学部非常勤講師、昭和薬科大学非常勤講師

防衛医科大学校非常勤講師

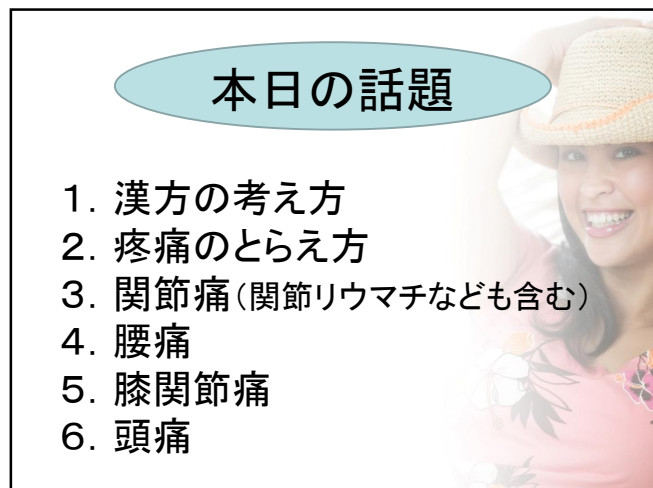
和漢医薬学会、日本医学教育学会

国際東洋医学会日本支部評議員、日本漢方医学教育協議会幹事

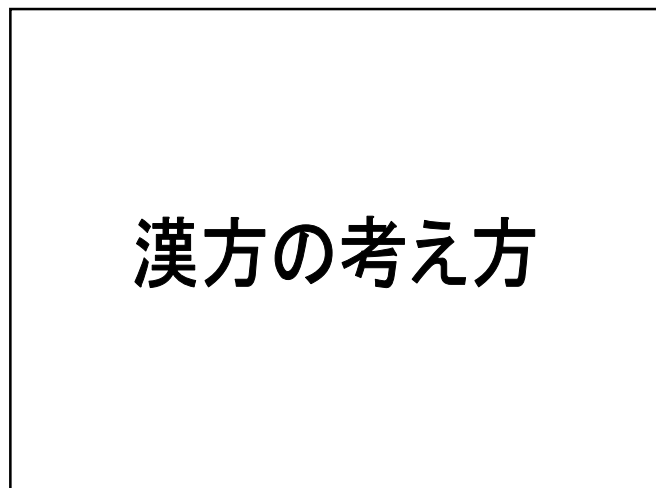
日本東洋医学会、日本内科学会、日本消化器病学会



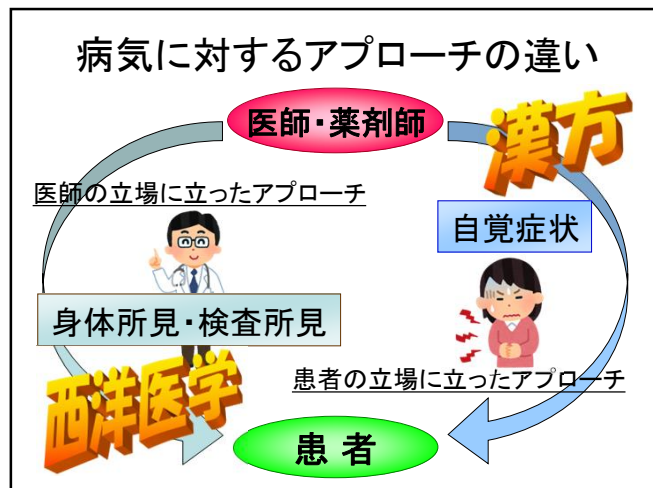
1



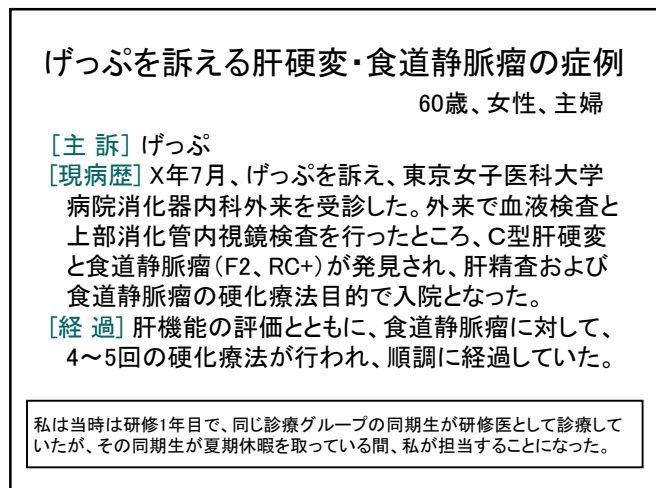
2



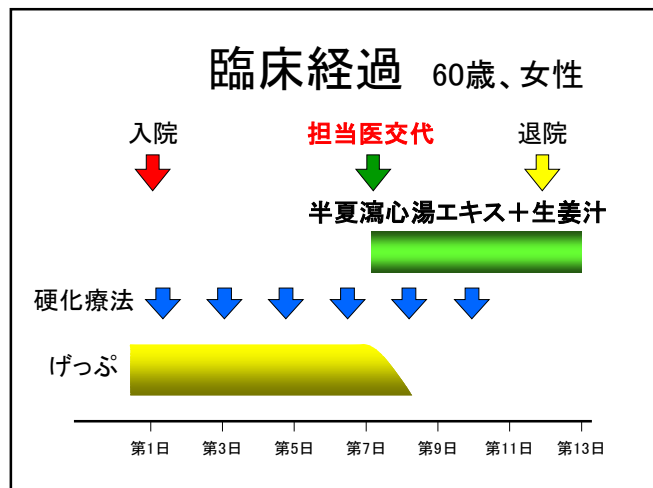
3



4

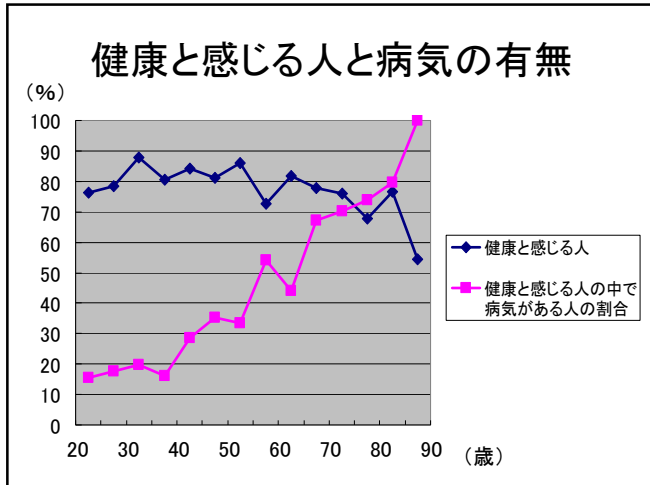


5

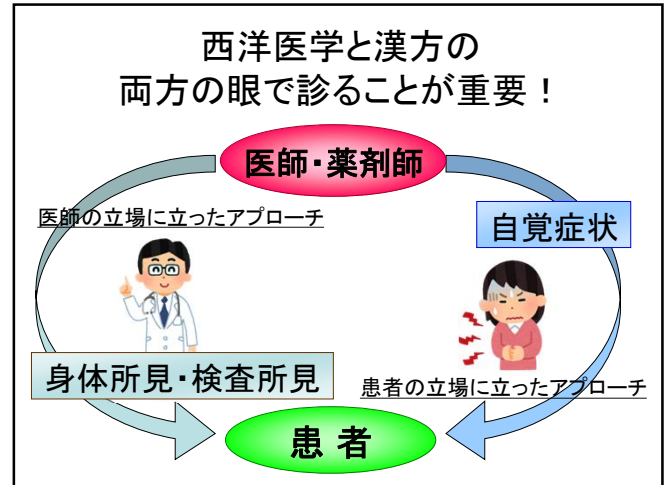


6

「つらい痛みがなくなる漢方 ～関節痛・腰痛・頭痛を治す！～」



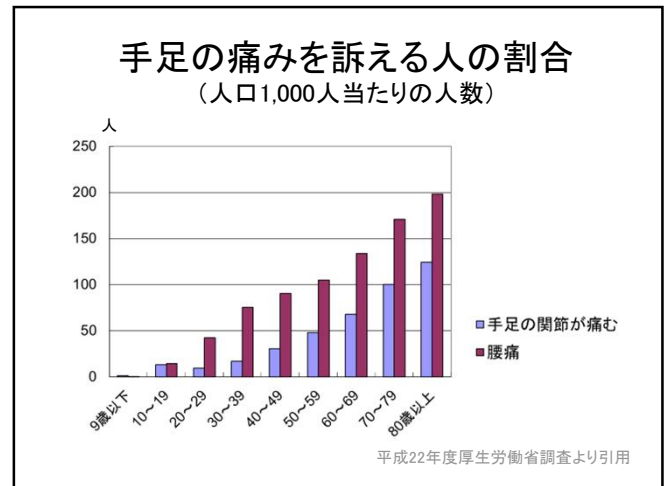
7



8

## 疼痛のとらえ方

9



10

- ### 疼痛性疾患を治すための治療法と薬
- ④ 感染性関節炎
    - ➡ 抗菌剤、抗真菌剤
  - ④ 関節リウマチなどの自己免疫疾患
    - ➡ DMARDs、免疫抑制剤、ステロイド
  - ④ 炎症性疼痛
    - ➡ アセトアミノフェン、NSAIDs
  - ④ 神経障害性疼痛
    - ➡ 神経障害性疼痛治療薬、オピオイド
  - ④ 痛覚変調性疼痛
    - ➡ 疼痛抑制系賦活剤、オピオイド
- + 漢方薬

11

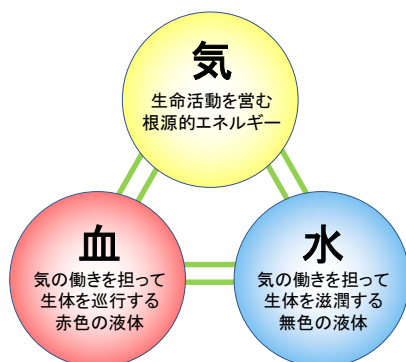
## 不通則痛

通じざればすなわち痛む

気滞・瘀血・水滞を巡らす。  
気や血を巡らすためにまず補う。

12

## 気・血・水の概念と役割 ～人体を巡る3つの要素～



13

## 寒証

### 冷えて増悪する関節痛

- 病態** 生体の新陳代謝や諸機能が低下し、熱産生が低下した状態
- 症候** 寒がり／手足の冷え／顔色不良／温水を好む／尿が薄くて量が多いなど
- 特徴** 暖めると改善し、寒冷暴露(冬季／冷房／冷水など)で増悪する。慢性の経過をたどるものに多い。
- 治療** 当帰、附子などを含む処方(当帰芍薬散、桂枝加朮附湯など)

14

## 熱証

### 局所に発赤と発熱を伴った関節痛

- 病態** 生体の新陳代謝が亢進し、熱産生が盛んな状態
- 症候** 暑がり／患部の発熱や発赤／顔面紅潮／口渇／冷水を好む／尿が濃くて量が少ないなど
- 特徴** 冷やすと改善する。急性の関節痛が多い。
- 治療** 石膏、黄連などを含む処方(越婢加朮湯、白虎加人参湯など)

15

## 水滯

### 周囲に浮腫を伴う関節痛

- 病態** 水分代謝異常(むくみ／口渇／尿量減少／発汗異常／めまい／頭痛など)
- 症候** 関節周囲の浮腫(指輪が抜けにくいなど)／手指のこわばり感など
- 特徴** 湿気や気圧低下で増悪する。
- 治療** 蒼朮、附子などを含む処方(桂枝加朮附湯、越婢加朮湯など)

16

## 瘀血

### 打撲や外傷でうっ血を伴う関節痛

- 病態** 漢方でいう“血”の巡りが悪くなった状態
- 症候** 月経に関連した症状(月経痛／月経不順／月経前症候群など)／打撲／外傷／痔／患部のうっ血／皮下や関節腔内の出血など
- 特徴** 月経周期に一致して症状が増悪する。
- 治療** 当帰、川芎、桃仁、牡丹皮などを含む処方(当帰芍薬散、桂枝茯苓丸など)

17

### 体質強壮な者(実証)の特徴

- 
- 体型**
    - 筋肉質
    - 固太り
  - 皮膚**
    - 栄養状態良好
    - 光沢・艶あり、Turgor良好
    - 声が力強い
  - 筋肉**
    - 弾力的で緊張よく発達
  - 体温調節**
    - 夏は暑がりがバテない
    - 冬は比較的寒がらない
    - 通常、寝汗はかかない
  - 活動性**
    - 疲れにくい
    - 積極的
  - 腹部**
    - 腹筋は弾力的で厚い
    - 上腹角が鈍角的
  - 消化管機能**
    - 過食しても大丈夫
    - 食べるのが速い
    - 一食抜いても平気
    - 冷たい物も平気
    - 1日でも便秘すると不快

18

### 体質虚弱な者(虚証)の特徴

#### 体型

- 痩せ形の下垂体質
- いわゆる水太り

#### 筋肉

- 弾力・緊張ともに不良で発達が悪い

#### 体温調節

- 夏バテしやすい
- 冬の寒さに弱い
- 寝汗をかきやすい

#### 活動性

- 疲れやすい
- 消極的

#### 皮膚

- 栄養状態不良
- 光沢・艶なし、Turgor不良
- 声が弱々しい

#### 腹部

- 腹筋は緊張に欠ける
- 上腹角が鋭角的

#### 消化管機能

- 過食すると不快で下痢する
- 食べるのが遅い
- 空腹で脱力感を覚える
- 冷たい物で腹痛・下痢
- 数日排便がなくても平気

19

## 関節痛 関節リウマチ なども含む

20

### 関節痛の原因

#### 1) 加齢による変化(老化)

- ・関節軟骨が老化してすり減ると加齢の衝撃が吸収されにくくなって痛む。
- ・関節痛の多くは老化である。
- 変形性膝関節症、変形性股関節症、肩関節周囲炎(五十肩)など

#### 2) 関節の炎症

- ・細菌感染や自己免疫疾患
- 化膿性関節炎、関節リウマチなど

#### 3) 打撲・捻挫

- ・転んだり、関節をひねったり、強打することで起こる。

#### 4) スポーツ障害

- ・スポーツで特定の関節を酷使するために起こる。

#### 5) 骨粗鬆症

- ・関節の周囲の骨がつぶれることなどで、関節に障害が出る。

#### 6) 先天的なもの

21

### 関節痛を漢方ではどう捉えるか

#### ○どこが痛いのか

- 膝関節 → 防已黄耆湯、越婢加朮湯など
- 後頸部 → 葛根湯

#### ○寒証なのか熱証なのか

- 寒証: 入浴や保温で痛みが楽になる、局所に熱感なし  
→ 附子を含む処方
- 熱証: 温めるとかえって痛みが強くなる、局所に熱あり  
→ 石膏を含む処方

#### ○虚証なのか実証なのか

- 胃腸が丈夫 → 実証 → 麻黄を含む処方
- 胃腸が虚弱 → 虚証 → 非麻黄剤で対処する

#### ○附子末を加える

- 冷えて増悪する関節痛に対して、附子が有効である
- もともと附子を含む処方に、少量(0.5g程度)から漸増する

22

### 附子について(1)

- ㊟ キンポウゲ科トリカブトの塊根である。
- ㊟ 陰証(新陳代謝低下状態)に用いる代表的な生薬で、高齢者に用いる機会が多い。
- ㊟ アコニチンという植物界最強といわれる猛毒成分を含んでいる。
- ㊟ 現在用いられている附子は、アコニチンを加水分解して無毒化してある。

23

### 附子について(2)

#### 期待される作用

- ① 身体を温める(1～1.5g/日)  
底冷えや悪寒(陰証)に対し、新陳代謝を盛んにして身体の熱産生を増やす。
- ② 痛みを取る(3～4g/日)
- ③ むくみを改善する

#### 附子を含む処方

八味地黄丸[7]、牛車腎気丸[107]、桂枝加朮附湯[18]、  
大防風湯[97]、真武湯[30]、麻黄附子細辛湯[127]

#### 附子単独の製剤

附子末(粉末)、アコニンサン(錠剤)

24

## 関節痛一般に用いる漢方薬

## 附子を含む処方

## 桂枝加朮附湯[18]

遷延化した関節痛／冷えて増悪／手指の強ばり／胃腸虚弱  
関節痛一般の第一選択薬

## 大防風湯[97]

体力低下／足腰冷え／鶴膝風(関節のみ腫脹して筋肉は萎縮)

## 桂枝芍薬知母湯[EK-180]

栄養状態が悪い／鶴膝風／胃腸は比較的丈夫

## 甘草附子湯[-]

煎じ薬／急性期で激しい疼痛／局所に触れただけで痛む／悪寒

※上記処方には必要に応じて附子を加える。

25

## 関節痛一般に用いる漢方薬

## 麻黄を含む処方

## 麻杏薏甘湯[78]

亜急性期の炎症／局所に熱感がある／市販の漢方鎮痛薬

## 薏苡仁湯[52]

亜急性期の関節痛や筋肉痛でさっぱりしないもの

## 桂枝二越婢一湯[-]

体力は低下して局所には熱がある／遷延化した炎症

桂枝湯エキス[45]と越婢加朮湯エキス[28]を併せて用いる。

## 越婢加朮湯[28]

急性期の炎症／関節や筋肉が腫れて熱感や疼痛が強い／浮腫

## 葛根湯[1]

朝だけ指関節が痛むなど症状が軽いもの／後頸部の凝りと痛み

26

## 関節痛一般に用いる漢方薬

## その他の処方

## 当帰芍薬散[23]

末梢循環が悪く冷えて痛むような関節痛

手指の朝のこわばりに有効なことがある

桂枝加朮附湯[18]や防己黄耆湯[20]と併用する

関節リウマチで胃腸が弱い人に対する処方例

当帰芍薬散2包＋桂枝加朮附湯2包

27

## 関節痛に用いる漢方薬

|           | 気血水      | 寒熱 |
|-----------|----------|----|
| 1 桂枝加朮附湯： | 水滯、気虚    | 寒  |
| 2 葛根加朮附湯： | 水滯、気虚    | 寒  |
| 3 防己黄耆湯：  | 水滯、気虚    |    |
| 4 越婢加朮湯：  | 水滯       | 熱  |
| 5 大防風湯：   | 気虚、血虚    | 寒  |
| 6 桂芍知母湯：  | 気虚       | 寒  |
| 7 疎経活血湯：  | 水滯、血虚、瘀血 | 寒  |

28

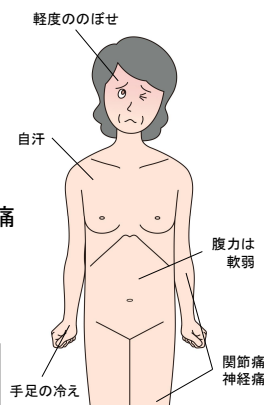
## 桂枝加朮附湯

桂皮、芍薬、大棗、生姜、甘草、朮、附子

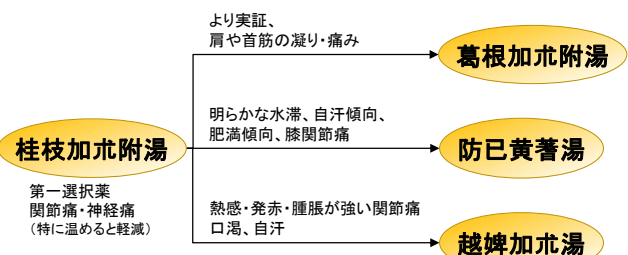
## 処方のポイント

- ◎ 冷えると悪化する関節痛や神経痛
- ◎ 自汗傾向
- ◎ 顔がのぼせて足が冷える  
(上熱下寒の傾向あり)

➢ 感冒などに用いる桂枝湯に附子を加えた桂枝加附子湯に朮を加えた処方である。  
➢ さらに茯苓を加え、桂枝加朮附湯として水滯に対応する力を増すこともある。



## 急性期・亜急性期の関節痛に用いる漢方薬



29

30

「つらい痛みがなくなる漢方 ～関節痛・腰痛・頭痛を治す！～」

**葛根加朮附湯**  
 葛根、麻黄、大棗、桂皮、芍薬、甘草、生姜、朮、附子

**処方ポイント**

- ① 冷えると悪化する関節痛や神経痛
- ② 自汗傾向は乏しい
- ③ 首や肩の凝り、痛みが強い

➢ 感冒などに用いる葛根湯に附子と朮を加えた処方である。  
 ➢ 葛根湯を用いるような肩こりや肩関節痛に冷えを伴う人に用いる。  
 ➢ 桂枝加朮附湯と比べて、自汗傾向に乏しい。

31

**防己黄耆湯**  
 防己、黄耆、朮、生姜、大棗、甘草

**処方ポイント**

- ① 外観(望診)  
色白、水太り、蛙腹  
腹は軟弱で膨隆している
- ② 膝関節痛
- ③ 多汗
- ④ 下腿浮腫

➢ 水滯に対する漢方薬という点で共通する五苓散との対比では、肥満や倦怠感の傾向が強い、膝関節痛があるなどを目標として使用する。

32

**越婢加朮湯**  
 麻黄、石膏、生姜、大棗、甘草、朮

**処方ポイント**

- ① 関節の腫脹と疼痛(急性期)
- ② 浮腫(口渴と発汗を伴う)
- ③ 胃腸が丈夫

➢ 眼瞼浮腫を伴うアレルギー性結膜炎に応用する。  
 ・アレルギー性鼻炎で咳をしすぎて、目の周りがむくんでいる人  
 ➢ 越婢加半夏湯(『金匱要略』肺痿肺癰飲嗽上氣病篇)「其人喘。目如脱状。」

33

**朝の手のこわばりと関節痛の症例**

**【症 例】** 48歳、女性、会社員、身長160cm、体重65kg  
**【主 訴】** 朝の手のこわばり、手指の関節痛  
**【現病歴】** 生来健康であった。2か月ほど前から毎朝、両手がこわばり、10分ほど動かさにくく感じるようになった。両手の複数のPIP関節、MP関節に痛みがあるが、他覚的な腫れは認めない。CRP陰性(0.1mg/dl)、抗CPP抗体陰性。半年ほど前から月経が止まり、多汗傾向と発作的なほていを認めるようになった。  
**【診 断】** 更年期関節症  
**【経 過】** 防己黄耆湯を処方。服薬を開始して2週間を経過したところから、朝に手のこわばりがなくなり、手指の痛みも軽減し、3か月ほどで症状はなくなった。

34

**慢性期の関節痛に用いる漢方薬**

消耗と痩せを伴う関節痛、口渴、関節変形、関節は熱感を伴うことあり → **桂芍知母湯**

**疎経活血湯**  
 第一選択薬  
 急性期から慢性期に幅広く応用可能  
 瘀血、水滯、血虚を伴う関節痛

明らかな気血両虚、強い倦怠感、貧血傾向、皮膚乾燥を伴う関節痛 → **大防風湯**

35

**疎経活血湯**  
 当归、地黄、川芎、朮、茯苓、桃仁、芍薬、牛膝、威靈仙、防己、羌活、防風、竜胆、生姜、陳皮、白芷、甘草

**処方ポイント**

- ① 筋肉痛、関節痛、神経痛
- ② 瘀血  
下腹部圧痛、あざがでやすいなど
- ③ 夜中から明け方に増悪する腰痛

➢ 原典である『万病回春』の条文に「昼軽ク夜重シ」という記載がある。  
 ➢ 痛みが強い人、冷えると悪化する人には、附子を加えたとさらによいことがある。

36

「つらい痛みがなくなる漢方 ～関節痛・腰痛・頭痛を治す！～」

けいしゃくちもとう  
**桂芍知母湯**

桂皮、芍薬、甘草、麻黄、生姜、朮、知母、防風、附子

**処方のポイント**

- ①変形を伴う慢性的な関節痛
- ②関節の腫脹と筋肉の萎縮(鶴膝風)
- ③関節の熱感
- ④手足の冷え
- ⑤口渇、皮膚乾燥

➢ 桂枝芍薬知母湯ともいう。  
➢ 鶴膝風とは、膝関節が腫れて上下の筋肉が萎縮し、鶴の膝のようになった状態を言う。  
➢ 関節リウマチ、関節炎、下肢の運動知覚麻痺などに応用する。

37

だいはうふうとう  
**大防風湯**

地黄、芍薬、甘草、防風、朮、附子、杜仲、羌活、川芎、当帰、牛膝、生姜、黄耆、人参、大棗

**処方のポイント**

- ①関節病変を伴う慢性疾患  
関節リウマチ、慢性関節炎、痛風
- ②るい瘦(気力体力の消耗による痩せ衰え)
- ③鶴膝風  
膝関節が腫大し、太ももやすねが細く、鶴の膝状を呈した状態
- ④関節の腫脹・疼痛・運動制限

➢ 関節疾患が慢性的に経過して体力を消耗した病態

38

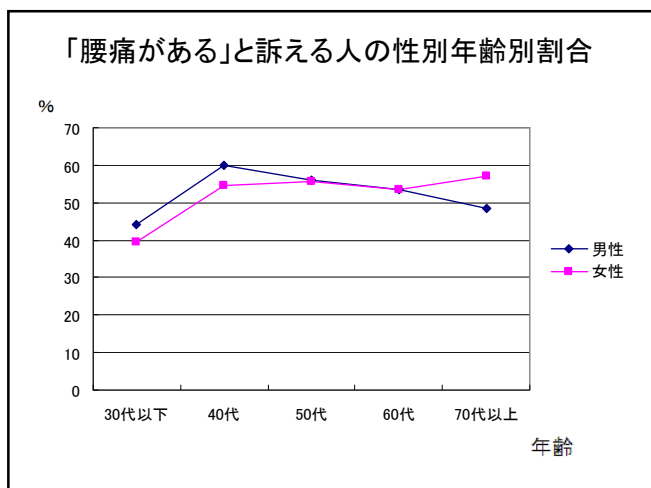
**全身の消耗を伴う関節リウマチの症例**

**【症例】** 60歳、女性  
**【主訴】** 全身倦怠感、るい瘦、咳嗽、血痰、関節炎  
**【現病歴】** 22年前の関節リウマチを発症し、気管支拡張症を併発している。さまざまな治療が行われたが、徐々に変形が進行している。真菌性肺炎を発症し、抗真菌剤による治療を行っているが、全身倦怠感が強く、るい瘦を認め、咳嗽、血痰、関節炎がある。  
**【診断】** 関節リウマチ、真菌性肺炎、気管支拡張症。  
**【経過】** 桂枝芍薬知母湯を処方。血痰の止血を目的に芍薬膠艾湯を併用。3か月の経過で炎症所見の低下を認め、関節リウマチは低疾患活動性となった。真菌性肺炎も改善し、経過は良好である。

39

**腰痛**

40



41

**腰痛・下肢痛の一般的な治療法**

- 運動療法(体操、水泳、ジョギング、散歩、腰痛体操など)  
・明らかな原因疾患のない腰痛や下肢痛に対して積極的に行う！  
・予防的にも治療的にも“安静”は薦められていない  
・腰痛体操は効果的である  
(参考資料) <http://www.skf-health.net/youtsu/youtsu3.pdf>
- 装具療法(腰痛ベルト、コルセットなど)  
・常時使用し続けると、筋肉が弱まり悪化するので、必要な時のみ使用する
- 薬物療法(消炎鎮痛薬、漢方薬など)
- 鍼灸療法
- 神経ブロック
- 理学療法(温熱療法など)
- マッサージ療法(指圧など)
- 手術

42

## 漢方で考える足腰の衰え

### 腎虚

- ◎下半身の衰え(筋力低下、痛み、しびれ、むくみなど)
- ◎腰痛、坐骨神経痛
- ◎夜間頻尿
- 排尿異常(尿線が細い、気持ちよく尿が出ない、尿の切れが悪いなど)
- 性欲減退
- 足底煩熱(足底を中心とする不快なほてり感)
- 白内障
- 難聴、耳鳴り
- 小腹不仁(腹証)  
臍の下が柔らかく、圧迫すると指が皮下に抵抗なく入っていくような感覚  
→ 八味地黄丸、牛車腎気丸、六味丸など

43

## 下半身の痛みや衰えに効く漢方薬

### 腰痛、坐骨神経痛

#### ①八味地黄丸[7]

老化現象、とくに腰から下の衰え(腎虚)を目標に用いる  
夜間頻尿、腰痛、疲れやすい、足腰が冷えて痛む、尿量が少なく出渋るなど

#### ②牛車腎気丸[107]

八味地黄丸が効かない人、浮腫やしびれが目立つ人によりとくに下肢のしびれを伴う痛みには本方がよい

44

### はちみじおうがん 八味地黄丸

地黄、山茱萸、山薬、沢瀉、茯苓、  
牡丹皮、桂皮、附子

#### 処方のポイント

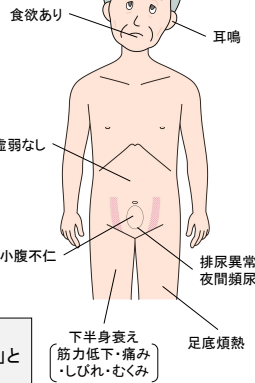
##### ◎加齢に伴う諸症状(腎虚)

- ・腰痛
- ・夜間頻尿
- ・下半身の衰え  
筋力低下、痛み、しびれ、むくみなど

##### ◎高齢者

- ◎胃腸虚弱はない方がよい。時に胃もたれ

- 「腎虚」の代表的漢方薬である。
- 高齢者に頻用するが、局所の所見を「腎虚」と捉えて、若年者にも応用できる。



45

## 八味地黄丸の現代医学的応用

### ➢加齢に伴う諸症状

フレイル、下半身の衰え(筋力低下・痛み・しびれ・むくみ)、  
疲労倦怠感、歩行障害、下腿浮腫、夜間頻尿など

### ➢整形外科疾患

腰痛症、坐骨神経痛、下肢知覚異常など

### ➢腎泌尿器疾患

前立腺肥大、過活動膀胱、膀胱炎、尿失禁、男性不妊症、  
ED(勃起不全)、腎炎など

### ➢全身疾患、その他

高血圧症、糖尿病、白内障、耳鳴、難聴など

- 西洋医学的に診断できなくても、加齢による不都合な症候であれば応用できる。

46

## 八味地黄丸の服用方法

最低でも3か月間は用いてみたい!

### ①まず八味地黄丸を用いてみる(1か月)

### ②効果がなければ牛車腎気丸にする(1か月)

牛膝・車前子には消炎・利尿作用がある。  
牛車腎気丸にはしびれに対するエビデンスがある。

### ③さらに附子を加えてみる(1か月)

附子は(1)冷え、(2)疼痛、(3)浮腫を目標に用いる。  
冷えには1～1.5g/日、疼痛には3～4g/日必要?

47

### ごしゃじんきがん 牛車腎気丸

地黄、山茱萸、山薬、沢瀉、茯苓、  
牡丹皮、桂皮、附子、牛膝、車前子

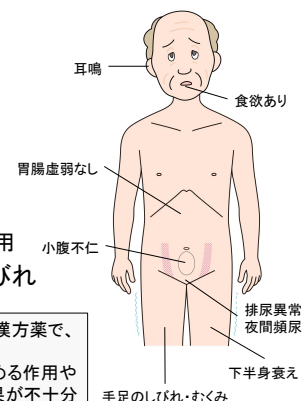
#### 処方のポイント

##### ◎加齢に伴う諸症状(腎虚)

八味地黄丸が無効な人に使用

##### ◎化学療法に伴う手足のしびれ

- 八味地黄丸に牛膝と車前子を加えた漢方薬で、消炎作用と利尿作用を強めている。
- 本方に含まれる附子には、身体を温める作用や痛みを緩和する作用があるため、効果が不十分な人には附子を1～3g程度加える。



48

## 症例 72歳、女性、無職

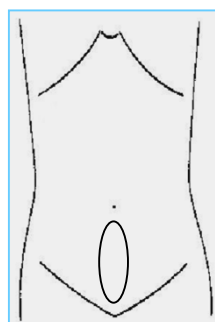
〔主訴〕腰痛、左腰から下肢にかけてのしびれ

〔現病歴〕55歳ごろから腰が痛みだし、1年前から左側の腰から足にかけ、しびれを感じるようになった。近くの整形外科で精密検査を受けたところ、骨粗鬆症であると同時に、第5腰椎付近に骨の突起があるための左坐骨神経痛と診断された。高齢のため手術できず、痛み止めを内服、さらにマッサージや牽引、鍼灸治療を受けていた。しかし、いまだ腰痛と左足底のしびれと痛みが続いていたため、当院漢方外来を受診。

〔問診票〕夜間頻尿(1日4～5回)、足腰がだるくて冷える、物忘れが多い、大便が硬いなど

49

## 初診時漢方的現症 72歳、女性



身長：145cm  
 体重：49kg  
 血圧：148/84mmHg  
 体格：小柄でやや太り気味  
 皮膚：全体的に潤いが少ない  
 舌：乾燥(+)、白苔(±)  
 腹部：腹力中等度  
           小腹不仁(+)  
 腰部：毛細血管怒張(+)  
 下肢：浮腫(±)

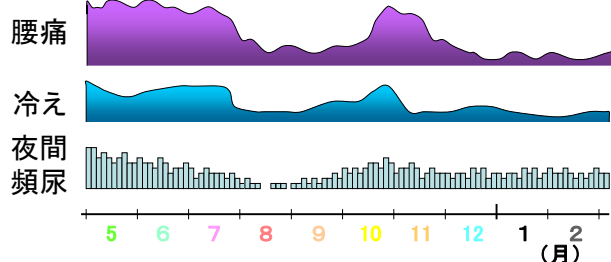
50

## 臨床経過

72歳、女性、無職

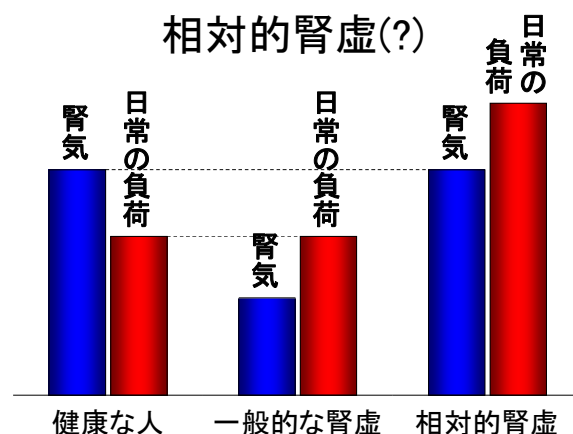
八味地黄丸エキス 7.5g

附子末 2.0g



51

## 相対的腎虚(?)



52

## 腰痛の症例

〔症例〕28歳、女性、OL

〔主訴〕腰痛

〔現病歴〕デスクワーク。ある年5月より腰背部に鈍痛が出現。近医で軽度の腰椎椎間板ヘルニアと診断。赤外線治療と生活改善で痛みは半減したが、それ以上の改善がないため受診。

10年前から頭痛がある。月経痛が強く、月経前には頭痛と腰痛が悪化。下痢しやすい。

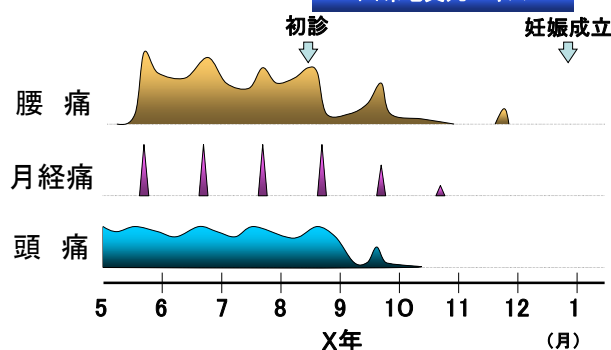
〔現症〕身長160cm、体重57kg。血圧106/57mmHg。脈浮虚。舌に薄い白苔あり。腹部には小腹不仁や下腹部圧痛などの特徴的所見はない。

53

## 臨床経過

28歳女性

八味地黄丸エキス



54

## 腰痛に用いる漢方薬

**八味地黄丸**

慢性期、倦怠感

急性期に短期間投与  
(偽アルドステロン症に注意)

**芍薬甘草湯**

急性期・便秘傾向

**治打撲一方**

亜急性期、冷えると悪化、  
皮膚乾燥、黒みを帯びた肌

**疎経活血湯**

55

## しゃくやくかんそうとう 芍薬甘草湯

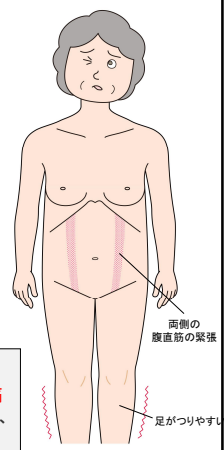
芍薬, 甘草

### 処方のポイント

- 急性腰痛に短期的に用いる
- 足の有痛性筋痙攣の治療・予防
- 腹痛(消化管痙攣)
- 疼痛発作(胆石・尿路結石)

**古典的な使用目標** (浅田宗伯『勿誤室方函口訣』)

「此の方は**脚急**を治するが主なれども、諸家**腹痛**及び脚氣、両足或は膝頭痛み屈伸すべからざる者、其の他、**諸急痛**に運用す。」



56

## ちだぼくいっぽう 治打撲一方

川芎, 撲楸(または桜皮), 川骨, 桂皮, 甘草, 丁子, 大黄

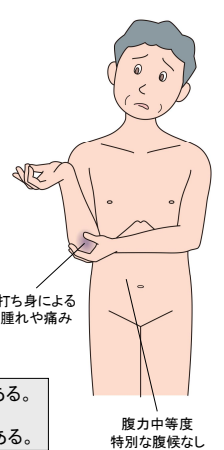
### 処方のポイント

- 急性期の関節痛・打撲・腰痛
- 便秘傾向
- 冷やすと心地よい痛み
- 関節リウマチ、手術後の疼痛改善

➢ 本朝経験方であり、我が国で開発された処方である。

➢ 急性期から亜急性期に用いる。

➢ NSAIDs的に用いてよく、NSAIDsとの併用も可である。



57

## そけいかっけつとう 疎経活血湯

当帰, 地黄, 川芎, 朮, 茯苓, 桃仁, 芍薬, 牛膝, 威靈仙, 防己, 羌活, 防風, 竜胆, 生姜, 陳皮, 白芷, 甘草

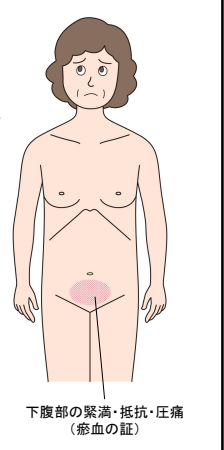
### 処方のポイント

- 筋肉痛、関節痛、神経痛
- 瘀血
- 下腹部圧痛、あざがでやすいなど
- 夜中から明け方に増悪する腰痛

➢ 原典である『万病回春』の条文に「昼軽ク夜重シ」という記載がある。

➢ 八味地黄丸は負担が増悪する腰痛に用いるが、疎経活血湯は瘀血をベースに夜中から明け方に増悪する腰痛によい。

➢ 附子を加えるとよい場合がある。



58

## りっくんしとう 六君子湯

人参, 朮, 茯苓, 半夏, 陳皮, 大棗, 甘草, 生姜

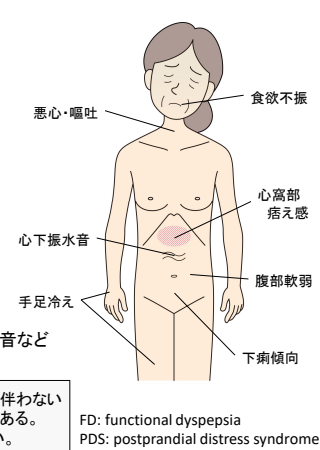
### 脾虚に対する代表的処方

### 処方のポイント

- 機能性ディスペシア
- 食欲不振、胃もたれ
- 虚弱体質
- 痩せ、冷え、疲労倦怠、心下振水音など

➢ 機能性ディスペシア(FD)、特に胃痛を伴わない食後愁訴症候群(PDS)の第一選択薬である。

➢ 若年者よりも高齢者に用いる機会が多い。



FD: functional dyspepsia  
PDS: postprandial distress syndrome

59

## 胃腸虚弱な高齢者の腰痛

71歳、女性

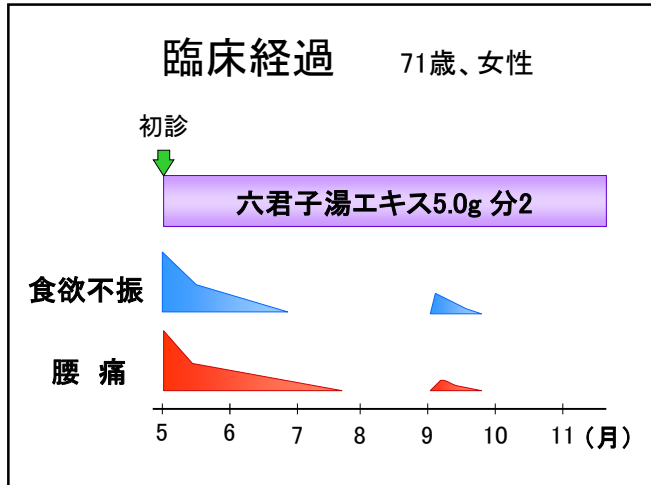
**[主訴]** 腰痛、食欲低下、疲れやすい

**[現病歴]** 2年前にぎっくり腰を起こして以来、腰背部に痛みがあった。近医では治らなかったため、漢方外来を受診した。第4～5腰椎付近を中心にした腰痛を強く訴える。腰痛は入浴して温めたり、身体を休めたりするとやや良い。また、生来の胃腸虚弱。60歳頃から食欲低下、胃もたれなどを自覚した。食事摂取量も少ない。体重は最近1年間で5kg減少し、疲れやすくなった。

その他、不眠、寒がり、冷房が嫌い、車酔いする、腹が張るなどと訴える。便通良好。排尿異常なし。

**[現症]** 148cm、40kg、104/54mmHg、顔色不良

60



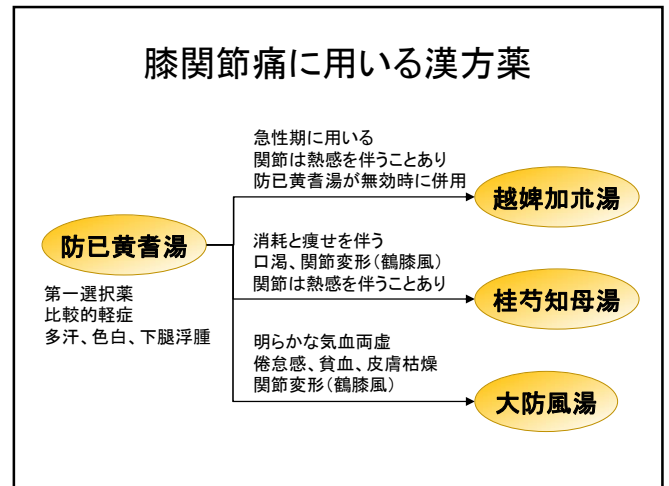
61



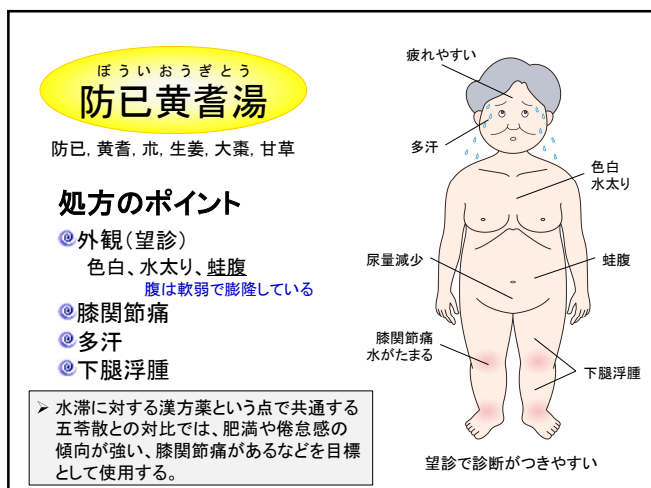
62



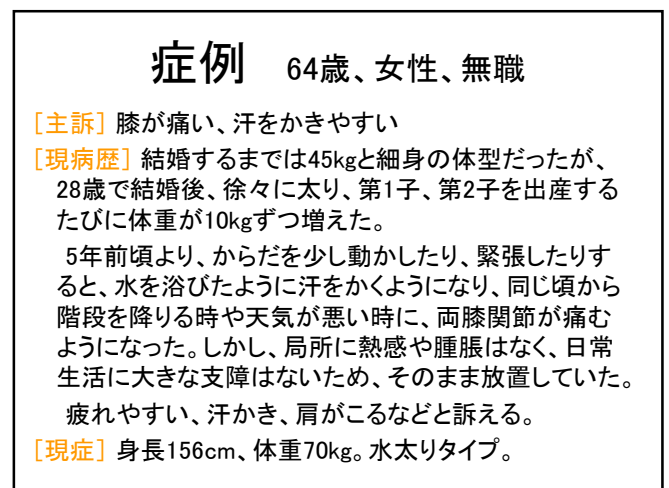
63



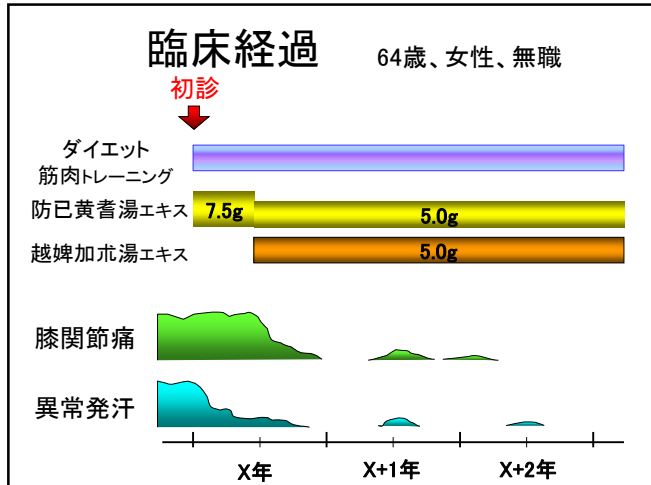
64



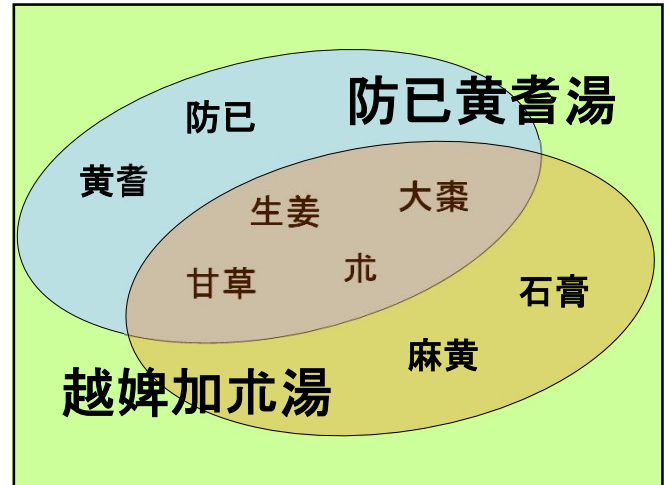
65



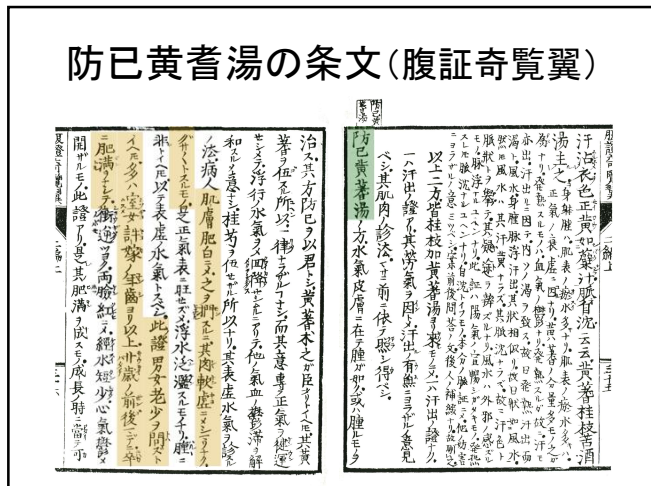
66



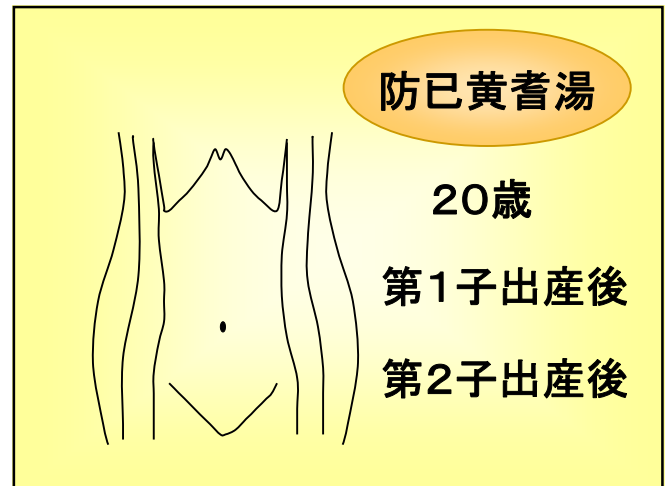
67



68



69



70



71

**頭痛に対する漢方的アプローチ**

- ☑ 漢方には鎮痛薬という概念はない。
- ☑ 頭痛に用いる漢方薬は多種多様である。
- ☑ 下記項目を参考に「頭痛」の特徴をとらえ、治療に適した漢方薬を絞り込む。

1. 増悪因子
2. 随伴症状
3. 性状・性質
4. 部位
5. 特徴なし

72

## 頭痛に対する漢方のアプローチ① ー増悪因子ー

- 雨の前日(気圧低下)  
→ 五苓散、半夏白朮天麻湯
- 月経周期  
→ 桂枝茯苓丸、当帰芍薬散、加味逍遙散
- 寒冷暴露(冷え)  
→ 当帰四逆加呉茱萸生姜湯
- 飲酒  
→ 五苓散、黄連解毒湯(めまい)

73

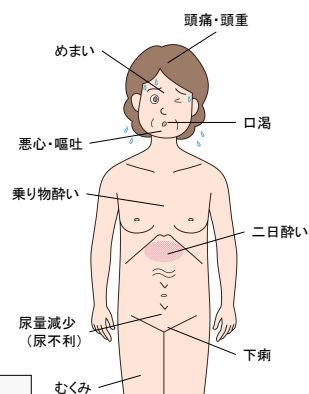
### 五苓散

沢瀉、猪苓、茯苓、朮、桂皮

#### 処方のポイント

- ◎頭痛、めまい
  - ・雨の前の頭痛
  - ・二日酔いの頭痛と吐き気
- ◎むくみ
- ◎口渴、尿量減少(尿不利)
  - 飲水量に比べて尿量が少ない
- ◎その他
  - ・噴水状嘔吐(水逆)

➢ 水滯を治療する基本的漢方薬  
➢ 気圧などに左右されて症状が動く場合は水滯が関与していることが多い。



74

## 五苓散が有効な慢性頭痛患者における背景因子の検討

症例数: 56例(男14例、女42例)／問診項目数: 約140項目(生活習慣24、症状86、身体所見26など)

| 項 目                   | 五苓散有効  | 五苓散無効   | p      | オッズ比  |
|-----------------------|--------|---------|--------|-------|
| 症状が雨の前日に悪化(はい/いいえ)    | (19/2) | (2/19)  | 0.0025 | 16.3  |
| かぜをひきやすい(はい/いいえ)      | (7/14) | (14/7)  | 0.045  | 0.26  |
| 手が冷たい(はい/いいえ)         | (7/14) | (14/7)  | 0.035  | 0.24  |
| 動悸(はい/いいえ)            | (4/17) | (10/11) | 0.039  | 0.22  |
| 足が冷える(はい/いいえ)         | (13/8) | (18/3)  | 0.0064 | 0.22  |
| 脈の強さ(無力/普通)           | (3/15) | (8/12)  | 0.054  | 0.20  |
| 息切れ(はい/いいえ)           | (2/19) | (7/14)  | 0.053  | 0.17  |
| めまい(はい/いいえ)           | (8/13) | (15/6)  | 0.017  | 0.16  |
| 胸苦しい(はい/いいえ)          | (1/20) | (6/15)  | 0.073  | 0.13  |
| 月経量(多い+少ない/中)         | (1/11) | (4/5)   | 0.083  | 0.12  |
| 舌苔色(黄+焦+灰+黒+緑+その他/白)  | (1/20) | (6/15)  | 0.054  | 0.11  |
| 立ちくらみ(はい/いいえ)         | (7/14) | (17/4)  | 0.0031 | 0.10  |
| 不安が強い(はい/いいえ)         | (9/12) | (18/3)  | 0.0055 | 0.093 |
| 月経血に母指頭大の血塊混入(はい/いいえ) | (4/8)  | (8/1)   | 0.024  | 0.052 |

灰本元、他:慢性頭痛の臨床疫学調査と移動性低気圧に関する考察ー五苓散有効例と無効例の症例対照研究ーフット113:8-17, 1999

75

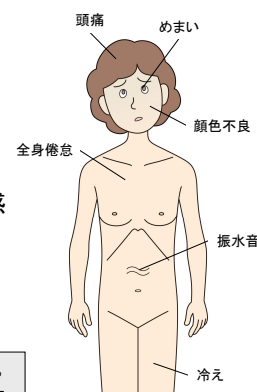
### 半夏白朮天麻湯

半夏、白朮、陳皮、茯苓、麦芽、天麻、生姜、神麴、黄耆、人参、沢瀉、黄柏、乾姜

#### 処方のポイント

- ◎末梢性めまい、頭痛、頭重感  
めまいは非回転性が多い。
- ◎消化管機能低下
- ◎疲れやすい(人参黄耆剤)
- ◎顔色不良(のぼせなし)

➢ 補中益気湯の類縁処方(気虚)である。  
➢ めまいの背景に胃腸虚弱とエネルギー不足がある。



76

## 頭痛に対する漢方のアプローチ② ー随伴症状ー

- 吐き気 → 呉茱萸湯、五苓散
- のぼせ  
桂枝: 指で押すと退色するような虚証の赤みのぼせには必ず冷えを伴う(冷えのぼせ)  
黄連: 酒に酔ったような充血を伴う実証の赤み
- めまい → 苓桂朮甘湯、半夏白朮天麻湯(水毒)
- 冷え → 当帰四逆加呉茱萸生姜湯(寒疝)
- 副鼻腔炎 → 葛根湯、葛根湯加川芎辛夷

77

## 嘔吐を伴う頭痛

患 者: 45歳、女性

**現病歴:** 子どもの頃から頭痛があったが、ここ数年で悪化した。特に月経の後半に頭痛がひどく、2〜3日は寝込んでしまう。水を飲んでも吐いてしまうような嘔吐症状を伴うこともある。トリプタンなどで改善することもある。暑いときもある。どちらかと言えば暑がり。発汗は多い方。口渴やむくみはない。尿量は普通。天気と頭痛の関係ははっきりしない。

現 症: 身長165cm、体重47kg。

**経 過:** 激しい嘔吐症状を伴う強い頭痛を目標に、**呉茱萸湯**を処方した。しかし改善が認められないことから、暑がりやで発汗が多めであること、頭痛時は水を飲んでも吐くという症状を考慮して**五苓散**に転方した。転方後、徐々に激しい頭痛は治まり、トリプタンが効きやすくなった。頭痛時の嘔吐も軽減した。

78

## 頭痛とイライラの症例

**症例** 62歳、男性**主訴** 頭痛、イライラ**現病歴** 5年前程から高血圧を指摘されていたが、治療を受けていなかった。半年くらい前からのぼせとともに頭痛を自覚するようになった。イライラしやすく、不眠がある。日本酒1日2合。**現症** 身長156cm、体重62kg。のぼせ顔。血圧152/94。**経過** 黄連解毒湯を服用して2週間で頭痛とイライラは消失。1ヶ月後には血圧も正常化した。

79

頭痛に対する漢方のアプローチ③  
－性状・性質－●**頭冒感**(きつめの帽子を被ったような感覚)

五苓散、半夏白朮天麻湯、当帰芍薬散、当帰芍薬散、苓桂朮甘湯など(水毒)

●**凝ったような痛み**(緊張型頭痛)

葛根湯、桂枝加葛根湯(芍薬、葛根)

●**拍動性の痛み**(片頭痛)

呉茱萸湯など

●**早朝の頭痛**

釣藤散など

80

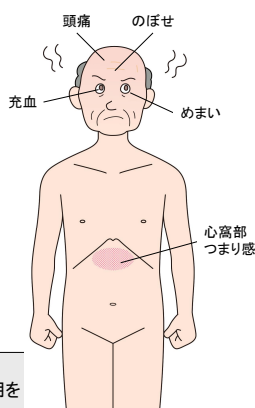
ちょうとうさん  
釣藤散

釣藤鈎、橘皮、半夏、麦門冬、茯苓、人參、防風、菊花、甘草、生姜、石膏

## 処方のポイント

- ◎ 高齢者
- ◎ 中枢性めまい
- ◎ 早朝に増悪
  - ・頭痛で目が覚めることがある
- ◎ 高血圧や脳動脈硬化を伴う

- 高齢者めまいの第一選択薬である。
- 釣藤鈎はリンコフィリンという血管拡張作用を有するアルカロイドを含有する。



81

頭痛に対する漢方のアプローチ④  
－部位－●**後頸部**

頸椎捻挫、猫背などによる緊張性頭痛

葛根を含む処方

(葛根湯、桂枝加葛根湯など)

●**頭皮**(体表面:表証)

三叉神経痛(第Ⅰ枝領域)など体表面の痛み

麻黄附子細辛湯、桂姜棗草黄辛附湯、桂枝湯など

82

かっこんとう  
葛根湯

葛根、麻黄、大棗、桂皮、芍薬、甘草、生姜

## 処方のポイント

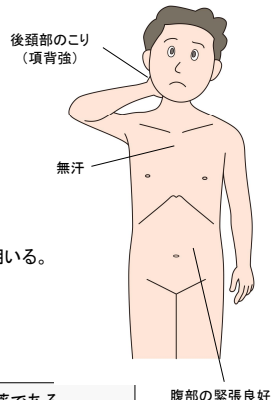
〈急性疾患〉

- ◎ 感冒初期(太陽病)
  - 悪寒・発熱、咽痛、頭痛、関節痛など
- ◎ 悪寒時に発汗なし(表実証)
  - 発汗する場合は「表虚証」で桂枝湯を用いる。
- ◎ 若年～中年(虚証ではない)

〈慢性疾患〉

- ◎ 項部(後頸部)のこり
  - 緊張型頭痛、頸椎捻挫など

- 若者の感冒初期(太陽病期)の第一選択薬である。
- 感冒の兆候(ぞくぞくとしたタイミング)を目標に服用する。



83

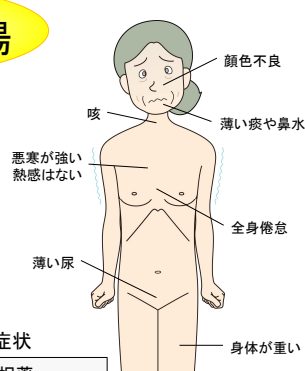
まおうぶしさいしんとう  
麻黄附子細辛湯

麻黄、細辛、附子

## 処方のポイント

- ◎ 少陰病(陰のかぜの初期)
- ◎ 新陳代謝低下
  - 寒がり、底冷え、低体温
  - 顔色不良
  - 倦怠感(横になっていた)
- ◎ 表寒証
  - 寒冷暴露で発症増悪する体表症状

- 高齢者の感冒初期(少陰病)の第一選択薬
- 慢性疾患では、新陳代謝低下と表寒証を目標に、三叉神経痛、寒冷じんましん、悪寒などに応用する。



84

## 頭痛に対する漢方のアプローチ⑤ ー特徴なしー

### ●川芎茶調散

一般に風邪のひき始めの頭痛、女性の月経周期や更年期にともなう頭痛に適する。

古典には「一切の頭痛に用ゆ」という記載もある。  
他の処方を示唆する特徴的な症候に乏しい場合に  
考慮する。

85



86