



2009年1月7日放送

領域別入門漢方医学シリーズ

ペインクリニック領域と漢方医学

昭和大学横浜市北部病院 麻酔科 教授

世良田 和幸

(5) 冷えからくる痛みに対する漢方治療

西洋医学的には、冷えという疾患概念はなく、随伴症状としてさまざまな疾患にあるくらいです。しかし、漢方医学では冷えは大変重要な症状の一つであり、逆に冷えに随伴する症状が認められることが多くあります。また近年、地球温暖化による気温上昇にもかかわらず、様々な生活環境の変化により体の冷えを訴える患者は多くなっていると思われま

す。以前は、冷えを訴える患者の多くは女性でありましたが、最近、冷えを訴える患者の約3分の1は男性と言われております。現在、様々な要因が考えられますが、以下のいくつかの原因があると思われま

す。まず第一に、職場や公共機関の冷暖房の普及により、体温の調節機能が脆弱化が考えられます。例えば、夏の冷房、この体を冷やす状態が、秋、冬になってもからだ

がそれに対応できなくて、いわゆる肝の疏泄と肺の宣散能力というものが低下していると考えられます。これによって体が順応しないということになります。二番

目に、日常の食事にあります。最近では冷飲食と言われる、例えば夏でも冬でもビールやアイスクリーム、また生野菜や果物などが豊富に食卓に上がります。こういったものが、脾胃の冷え、いわゆる消化管の冷えを促すために、これが体全体の冷えにつながっていると考えられます。この脾胃の陽虚という状態が気血両虚に陥りまして、気と血が両方とも少なくなっていると、流れが悪くなるということに陥って、冷えや加えて全身倦怠が生じると思われます。

三番目に、日常の運動量の低下により、血液循環が悪くなっている方が多いと思われまます。運動不足は、下半身を主る腎気が衰えて、それにつれて肝の疏泄も低下して血流の流れをさらに悪くし、冷えを助長いたします。特に下半身の冷えを訴える方は、こういった状況が考えられます。また四番目に、外気の冷えに対する防御不足、いわゆる例えば春や秋、また冬の服装の軽装化ですね。非常に軽装によって、冷暖房も含めて自分の体の体温を調節する作用と言いますか、その機能が非常に落ちてしまうということ、入浴せずに例えばシャワーだけで生活しているような方など、実際に自分自身で体を温かく保つ工夫が希薄化していると考えられます。

あと五番目は、最近非常に少なくはなりましたが、喫煙の問題であります。この喫煙によってニコチンの血管収縮作用が瘀血を誘発して冷えが起きます。すなわち、末梢血管が非常に循環が、末梢血管が細くなって循環が悪くなり、いわゆる肝の疏泄や肺の宣散能力が悪くなるということになって、慢性的な冷えに至ることになります。こういったことにより、最近では冷えを訴える患者が非常に多くなっているということが考えられます。

冷えの種類には、大きく分けて3つあると考えられています。

まず最初は、陽気の不足する、陽気不足による冷え。生来、陽虚体質の人や病気などで陽気の非常に少なくなった損なったため、温煦作用、体を温める作用が減退したり、いわゆる外邪と呼ばれるものが侵入しやすくなって体の中の冷え、いわゆる内寒を生じやすくなった状態であります。手足の厥冷や、気は血を生ずるため、陽気が不足し血も不足して顔色が悪くなる。また水湿と呼ばれる体の中の水分の停滞による浮腫や下痢などが起きます。

これに対する治療は、陽気を補益することや、陽気の温煦作用を増強する漢方薬が用いられます。例えば、陽気を温補し、寒邪を除去する補中益気湯が用いられます。補中益気湯により、消化管いわゆる脾は気血を生む源でもありますから、補中益気湯がこういったものに用いられます。四肢が非常に冷える場合、四逆湯が用いられます。この四逆湯の乾姜は附子の温める作用を増強しながら、体の中の寒を除去する作用があります。また、附子は乾姜がなければ熱くならないとも言われてまいすので、体を温める作用が非常に強いわけです。

二番目に、陽気の鬱阻。情緒失調やストレスなどによって、陽気の流れが悪くなり、体の末端まで陽気が至らないために手足の冷えが起こる場合であります。例えば、自律神経

失調症の患者の冷えは、肝気鬱結によることが多いなどのことでもあります。また、邪気の体内への鬱滞によって陽気の分布を妨げて発症する場合があります。症状としては、手足の冷えや、口渇、肝鬱によるイライラ、胸脇苦満や腹痛なども現れることがあります。

治療は、通陽、陽気を通すということですが、四肢の冷え（四逆）を治療する場合には四逆散が用いられることが多いわけです。

また、三番目の血虚受寒、血が少なくなって寒が入りやすくなるという状況ですが、いわゆる血虚体質、貧血症状に近いものですかね、それや、消耗性疾患によって血の量が減少し、血の体を温める作用、温養機能が減退することにより、寒邪と呼ばれる外邪が体に入りやすくなって、血が少なくなる。血の保養機能が低下し、血脈中に寒邪が凝滞するために手足が冷える場合であります。特に寒は、気血の流れを障害し血瘀を生じさせる。顔色は悪く、寒邪が強いと顔は蒼白になります。

治療は、養血散寒また活血というものが使われます。例えば、漢方薬でいうと当帰四逆加呉茱萸生姜湯が用いられます。これは体を温める当帰、芍薬を中心にまとめられた漢方薬でありまして、体を温める作用を持つ漢方薬が非常に多いわけでありまして、また、そのほかには、温経散寒、体を温めて寒を散らすという温経湯がしばしば用いられます。こういったさまざまな体を温める、または血や気の流れを良くすることによって、いわゆる「通じざれば即ち痛む」という冷えによる痛みを取っていくのであります。