



2015年5月6日放送

印象に残る症例②

泉こころのクリニック院長 高橋 玄

腰痛を伴ううつ病に柴胡加竜骨牡蛎湯が著効した1例

症例：45歳 男性 住宅メーカー営業

家族歴・既往歴：特記事項なし

生活歴・現病歴：体格は中肉中背、体力はあり、性格は几帳面。X-1年12月より震災の復興特需のなかで一人業績を上げられないことを上司に責められ自責の念を感じ、徐々に不眠、日中の動悸出現。息苦しさも感じるようになっていました。

X年4月異動でさらに厳しい上司の元に配属になり、その頃より不眠増悪、思考力、記憶力低下、意欲低下、倦怠感が強くなり、徐々に腰痛出現。6月には痛みで職場への通勤が困難となったため、整形外科でMRIなどを施行するも所見に乏しく、内服治療、ペインクリニックでの神経ブロック治療でも症状改善せず。7月より休職。さらに痛みが強くなり家に引きこもっている状態が続き、働けない罪悪感から自殺念慮も出現、家族に付き添われ X年7月12日当院初診となりました。

初診時は、無精ひげをはやしうつむき加減で話します。

精神症状としては、抑うつ、不安、意欲低下、思考力低下に加え、「上司が自分のつらさを全く理解しない」「腰に鈍痛があつてつらいが整形外科が藪医者で治せない」と上司、医師に対する怒りと「自分が情けない」「自分の穴を埋めてくれている同僚に申し訳ない」と自責感、罪悪感を訴えました。

身体症状としては、腰痛を中心として動悸、呼吸苦、便秘、手汗、不眠と 3 ヶ月で 5kg の体重減少を認めました。採血データは、肝機能、腎機能、甲状腺機能も含め特記すべきことはなく、うつ病評価尺度である SDS は 80 点中 68 点、痛みの評価尺度である NRS は 9/10 でした。診断はうつ病。

漢方的な証としては腹直筋緊張と胸脇苦満を認めたため、柴胡剤の良い適応と考え、ツムラ柴胡加竜骨牡蛎湯 7.5g を開始した。

経過

8 月 1 日 前回話をちゃんと聞いてもらって楽になった。動悸や息苦しさはなくなり体も少し動くようになった。少し眠れるようになった。NRS も 7/10 くらいに軽減した。

8 月 26 日「復職できるかもという気持ちが出てきた」調子は徐々に良くなっている。散歩も週に 2 回行くようになっていく。NRS 4/10。

10 月 1 日 よく眠れて毎日 7 時に起きられる。腰の痛みはなく、毎日散歩して体力もついて日中もそれほど疲れない。復職したいと申し出あり、SDS は 28 点、NRS 1/10 と著明な改善もみられたため 11 月 1 日より復職となる。

現在は残業もこなし充実して働いている。

考察

今回は痛みを精神医学的、大脳生理学的、漢方的にと 3 つの視点から考えたいと思います。まずは精神医学的に痛みについて考えてみましょう。痛みには

- ・例えば尖ったものに触れると、思わず手を引っ込めるなどの逃避反射、
- ・痛み経験の積み重ねが危険回避の学習となる回避行動
- ・障害部位の稼動を制限し、治癒を促進させる活動制限

の 3 つの役割があるといわれています。

つまり痛みとは、人間にとっては厄介な症状の一つにすぎませんが、野生の動物にとっては生きるために最も大切で必要不可欠な能力なのです。

さらに嗅覚、触覚などの通常の五感の対象が外にあるので「さわやかないい香り」、「ふんわりした気持ちいい肌触り」などと他人と共有することができ、そこに共感や連帯感がうまれます。

しかしながら、感覚対象が自分自身である痛みは、他の感覚と違い、その体験を他人に理解してもらえない孤独な感覚であるのです。よって、痛みに対しては医療従事者のより深い共感と、支援するつまり大切に扱うという姿勢が基本原則となります。特に本症例のような腰痛に関していえば、原因のわからない非器質性の腰痛は腰痛全体の 85%といわれ、その遷延化には心理社会的ストレスが深く関与していると考えられます。その軽減のためには、家族や医療従事者に「わかってもらっている」という受容・共感が不可欠となります。

次に大脳生理学的に痛みについて考えてみましょう。

感覚器から大脳に痛み刺激が上がってくるのを抑える代表的な神経系は下行性疼痛抑制機構と呼ばれ、それには青斑核からのノルアドレナリン作動性神経と縫線核からのセロトニン作動性神経の2系統があります。

もぐらたたきゲームでたとえば「痛みモグラ」をセロトニンハンマー、ノルアドレナリンハンマーで叩いて上がってこないようにするような感じですが。

ストレスにより抑うつ状態、つまりノルアドレナリン・セロトニンの放出が低下すると、疼痛抑制機構が働きにくくなり、モグラは上がり放題、つまり「痛み」を感じやすくなるわけです。柴胡加竜骨牡蛎湯はセロトニン分泌を促すことがいくつかの研究であきらかになっており、抑うつ改善だけでなく、痛みに対する有力な武器となることは想像に難くありません。

さらに非器質性疼痛のメカニズムの新しい概念としてソーシャルペインがあります。

ソーシャルペインとは、社会的疎外感、理不尽・不公平感、罪悪感などで活性化する脳の領域が、痛みの情動成分に関与する脳部位（前部帯状回、島皮質、扁桃核、前頭前野）と共通しているために感じる、「心の痛み」です。わかりやすくいうと、怒りや罪悪感を感じ続けると、その神経のルートが活性化されやすくなり、ちょっとした痛みがひどい痛みを感じる、心の痛みと体の痛みはお互いを強めあってしまうということです。

本症例では上司の叱責をきっかけとして、「罪悪感」という自分を責めるエネルギーが発生し、それが「私ばかり我慢させられる」「不当に扱われている」と「怒り」という相手を責めるエネルギーに反転し、そう考える自分が情けないと自分を責めるという否定感情の悪循環が認められました。さらにこの心の痛みと体の痛みがお互いに相互作用をおこし、二重の悪循環を形成していたと考えられます。

最後に漢方的に痛みについて考えてみましょう。

痛みは漢方では「不通則痛」と「不栄則痛」の二つの原因に大別します。「不通則痛」とは通じなければ痛むという意味で、自然界の風・寒・湿やストレスという外邪が筋肉などの「緊張」を引き起こし、エネルギー（気）と栄養素（血）のめぐりを妨げ（気滞、瘀血）という代謝障害を起こすこと。「不栄則痛」とは気や血の栄養が足りないという内因のために痛むという意味で身体に必要な気や血の不足、肝腎の働きの低下によるホルモン系の失調などにより組織や細胞を養えなくなり痛みが発生することです。

本症例は、胸脇苦満の証から肝気鬱結から始まった気滞、瘀血により腰痛が発生した「不通則痛」であると考えました。その緊張を取り、痛みを取り去るため、さらに気滞の精神症状であるうつを解消するために疏肝解鬱（そかんげうつ）作用のある柴胡加竜骨牡蛎湯を選択、奏効しました。今回は中肉中背、体力もある男性だったので柴胡加竜骨牡蛎湯を選択しましたが、もしも虚弱体質な男性や体力のない虚証の女性であれば柴胡桂枝乾姜湯を選択するとよいでしょう。

まとめ

今回、腰痛を伴ううつ病に柴胡加竜骨牡蛎湯が著効した1例を経験しました。

非器質性の腰痛は腰痛全体の85%といわれ、その遷延化には心理社会的要因が深く関与していると考えられます。その解決のためには、良好な、治療者・患者関係を構築し、原因不明とされる痛みの背後にある「孤独感」や、「怒り」「緊張」を深く共感し、「大切に」理解することが重要です。さらに、ソーシャルペインのような概念も含め、セロトニン増強効果を期待される柴胡加竜骨牡蛎湯が、非器質的な痛みに対する有効な薬剤となりうることが示唆されました。