

# 漢方トゥデイ



2023年9月21日放送

## 気象病と漢方②

### 五苓散の効果

せたがや内科・神経内科クリニック 院長 久手堅 司

大気圧の関係になりますが、人間の体は $1\text{m}^2$ あたり約 $10\text{t}$ のものの圧力がかかっています。人間の体は普段同じような一定の気圧にある場合は、体調には問題がありませんが、気圧が上がったり下がったりすると目には見えませんが、影響を受けることになります。分かりやすく言うと、未開封のポテトチップスを飛行機に持っていくと、袋がパンパンに膨らむことがあります。これは気圧が下がって内側からの圧力が相対的に大きくなるために袋が膨張します。

人間の体で実際に同じようなことにはなりません、人間の体の中と外でも同じような状況になっています。特に飛行機乗った時に耳が痛くなることがあります。それは、離陸・着陸の際になりますが、実際1気圧は $1,013\text{hPa}$ 前後で、離陸後に急激に低下をしていきます。これは空気が薄くなっていくためですが、実際地上 $10,000\text{m}$ にある飛行機内の気圧は $0.8$ 気圧で、下がっている状況です。気象病の方もその気圧が下がる時、上がる時どちらでも症状は出ますが、特に気圧低下の時に不調を訴える方が多いです。

大きな気圧の変化では、多少変化は大きく出ますが、日頃悩んでいる方では、 $1\text{hPa}$ とか $2\text{hPa}$ が低下しても症状を感じている方が多いです。特にこの気圧差に対する反応には個人差が大きいことが特徴です。

実際その気圧変化を感じて不調が出るシステムですが、気圧が下がった時に内圧が膨張する鼓膜の中の内耳が膨張するような形になって、そこが前庭神経経由で脳に伝わって、脳から自律神経に伝わって、そして様々な不調が出ます。

主に交感神経が興奮するために頭痛が出ると言われていますが、臨床的にみると、いくつか疑問点が出てきます。それは交感神経が優位なだけでは説明ができないからです。「痛む」とい

うことに対しては、交感神経の話でいいのかもしれませんが、長期的に診ていると、血圧が下がる患者さんが多く、低血圧気味の方は更に血圧が下がって日常生活が困難になる場合があります、実際に自宅で血圧を測っていただくと、通常 100 未満が低血圧になりますが、それよりさらに下がって、70、80 と低下する方も多く、実際には気圧が下がった時に副交感神経優位になっている時も交感神経優位になって、気圧の影響は交感神経・副交感神経のどちらにも影響しているものと考えています。

ここで、何でこんなに様々な症状が出るかということですが？

臨床で診ていく中で、すごいポイントとしては、「元々不調があるのかどうか」という点で、気圧が下がった時もしくは上がった時にだけ、体調が悪くなるか、もしくは日頃から不調があるかということになると、実際には、気圧変化がない時は症状が 0 で出た時に 100 という方は全体の 10% ぐらいで、日頃から何らかの不調があって、それが気象変化によってブーストされて不調が強くなるという認識が正しいかと思えます。

なので、片頭痛持ちの方は片頭痛が悪化し、緊張型頭痛の方は緊張型頭痛が悪化します。低血圧の方はより血圧が下がったり、首肩こりがある方は、よりそれが酷くなるということです。

この気象病、病名がありませんが、さらに厄介なところがあり、検査でまず異常が見つかりません。頭痛があって脳神経外科、脳神経内科を受診して、MRI などの検査を行っても原因が見つからない。めまいがあって耳鼻科を受診して、聴力検査やめまいの検査などでも異常がない。倦怠感、だるさがあって内科、婦人科系を受診して、採血などでも異常ないと。さらに動悸があって、循環器科でレントゲン、心電図、エコー、ホルター心電図などの検査をしても異常がない。そういうことが多く、気象病の方は、検査で原因が分からないために原因不明と言われていて、自律神経が乱れているからだということと言われる場合も多いようです。そして保険病名もないために診断に悩む方が多く、ドクターショッピングされている方も多くみられます。

様々な症状を持つために、一对一の治療となり頭痛に対して、めまいに対してという治療をすると、それぞれの薬が増えていくという問題があり、臨床で悩んでいる点がありました。頭痛は鎮痛薬や予防薬で減りますが、めまいが減らないという形になっていました。

実際、気象病のこの気圧での変化に対しては、人間の体の中でどうなっているのかというと、水分がかなり溜まっている状態、実際むくみを感じる方も多いですが、そこに着目してみると、西洋医学ではない「水滞」「水毒」という考え方が気象病の概念にすごく合致をしていました。

実際五苓散は水チャンネル、アクアポリンに関係しているとされていて、この薬を頭痛で使ったことはありますが、気象病に対して使ったことはありませんでしたので、試しに使ってみることにしました。頭痛とめまいに対して同時に効果が出ないかな、というのが一番でした。

五苓散を定時もしくは頓服で飲んでいただきました。この薬は、頓服で飲んでも気圧が下がる場合の効果はありましたが、ただタイミングが合わせにくいということがありました。一定の効果はあって、特に片頭痛、緊張型頭痛、めまいには頓服でも効果はありましたが、全身倦

怠感や低血圧気味には、なかなか効果が一定しませんでした。五苓散を体重に合わせて1日2回もしくは3回、定時に飲んでいただいて、2週～4週もしくはもう少し長期間みていくと、全身倦怠感や低血圧傾向で不調な方にも効果が出ていて、予測していた以上の効果と、さらに副作用が少なかったことから、私の中では第1選択として使うようになっていき、結果としても面白いように結果が出てくるようになりました。

これから以前発表した当院のデータを、お話しさせていただきます。

2020年1月～2021年5月までの17ヶ月間の間に、当院を受診した気象変化に伴う頭痛、めまい、全身倦怠感などを訴える新規患者数555人のうち、五苓散を投与した505人を対象に、後ろ向きに調べてみました。

そうすると、緊張型頭痛346人、片頭痛144人、その他15人でした。505人中214人が、初診のみで追跡不能のため、五苓散の効果を判定できていません。判定できたのは291名、全体の57.6%で、内訳は効果ありが247人、効果なしが44人でした。

気象変化に伴う頭痛の出現率とその程度が軽減したと回答した割合は84.9%となりました。当院では頭痛の評価をNRS (Numerical Rating Scale) を用いて行っています。

このように、五苓散の効果が非常にあったことから、現状当院では、気象病とくに気圧での変化で不調な方に対しては五苓散を投与することが第1選択となっています。

私が使い始めたのは、外来を始めた2016年からですが、ここ最近感じる変化として、他院で頭痛治療をされている方の五苓散の服用率がかなり上がってきていると思います。ただ一点、ここで使い方として先ほど申し上げた頓服だと、この気象病のタイミングがうまく合わずに効果を感じない方が多いです。その際はやはり2週間ないし3週間ぐらい定時に飲んでいただくと、効果を感じる人が多いと思います。実際発表したデータを抜かしたにしても、この1年ぐらいでの五苓散の効果としては、大体7割ぐらいは、NRSで言えば最大が10だとすると、6～7ぐらいまでは初回の2週間から4週間の受診で結果が出ています。

五苓散だけを用いているわけではありませんが、五苓散で効果が不十分な場合は、西洋薬の例えば筋弛緩薬や片頭痛の予防薬を併用することも多く、それ以外に五苓散との併用で言うと、緊張型頭痛には五苓散+葛根湯が副作用もなく効果的で、片頭痛に対しては五苓散と呉茱萸湯を併用することが効果的だと思っています。

五苓散から切り替える時には、例えば血圧が低めの方は半夏白朮天麻湯を使って、めまいが強い場合は苓桂朮甘湯などを使って現在工夫をしています。本当にこの気象病で悩む方は多く、当院でひと月に100人を超える新規患者さんが来ることもあります。

今後、気象病という概念に対して様々な治療のアプローチをより詳細に把握していくことが必要だと考えています。