

ネット de ひでさん塾

<第8回：2010年8月14日発行>

ひでさん塾愛読者のみなさん、半年のご無沙汰です。余り長期間更新がないと、しまいには読んでもらえなくなりますので、精々頻回に更新するように努力します。

さて、漢方界では、中国がISOを取得して中医学を世界標準にしようという陰謀を企てていることに対してどのような手段で対抗したらいいかということが議論になっています。世界標準ということになりますと、科学界の世界標準語である英語を使って、しかも科学の共通語を使って表現することが必須になります。しかし、中医学の理論をそのまま英語で表現しても、科学の共通語を使っていないので、中医学の知識が全くない人にとっては、宇宙人の言葉を聞いているように聞こえるでしょう。次の文章はNature vol 448, 12 July 2007に掲載されていたものです。“One of the most influential theories is the principle of jun-chen-zuo-shi. The jun (emperor) herbs treat the main cause of primary symptoms of a disease. The chen (minister) herbs serve to augment or broaden the effects of jun, and relieve secondary symptoms. The zuo (assistant) herbs are used to modulate the effects of jun and chen, and to counteract the toxic or side effects of these herbs. The shi (courier) herbs are included in many formulae to ensure that all components in the prescription are well absorbed, and to help deliver or guide them to the target organs.”これは『神農本草経』の原文にある、「君・臣・佐使」の区別についての説明文です。君薬（jun : emperor）は方剤中で主証を治療し主たる作用をなすもの、臣薬（chen : minister）は主薬を助けて治療効果を高めるもの、佐薬（zuo : assistant）は主薬を助けて随伴症状や合併症を治療したり主薬の毒性や強い性味を抑制したりするもの、使薬（shi : courier）は各種の薬物作用を疾病部位まで導いたり各種の薬の作用を調和したりするもの、という説明ですが、西洋医学しか知らない医師がこれを読んで、漢方薬の構成を薬理学的に理解できるでしょうか。理解できない理由を挙げてみますと、この文章には科学の共通語以外の言葉（例：君、臣、佐、使）が使われていますし、機序を説明する言葉と

して不適切なもの（例：助ける、調和したりする）がみられます。また、中医学の現場では、処方をするときに構成生薬の個々の量について決まったレシピに従って投与量を決めるのではなく、患者によって微妙に違う量を使います。その結果、臨床研究を行うときに常に $n=1$ になってしまうので、エビデンスを示すことが事実上不可能です。しかし、エビデンスを示すだけでは不十分です。そもそも何千年も前にレシピが決まっていて、何千年も同じレシピを使って、数えきれない数の患者を治して来た方剤について、デザインさえちゃんとしていけば、スタディを組んでエビデンスが示されることは自明のことです。むしろ、西洋医学サイドの医師が最も興味を持っているのは、漢方薬の作用機序でしょう。医師が新しい薬を処方するにあたって、その作用機序がよく分からないというのでは、処方するのに二の足を踏むのは、当たり前でしょう。同じく Nature vol 448, 12 July 2007のeditorialsの次の文章が、中医学に欠けている致命的な点を端的に表現しています。“So if traditional Chinese medicine is so great, why hasn’t the qualitative study of its outcomes opened the door to a flood of cures? The most obvious answer is that it actually has little to offer: it is largely just pseudoscience, with no rational mechanism of action for most of its therapies. Advocates respond by claiming that researchers are missing aspects of the art, notably the interactions between different ingredients in traditional therapies.” しかし、このようなクレームに対して、新たなアプローチにより作用機序を明らかにしようという動きもあります。“Some researchers in China and elsewhere, meanwhile, are advocating systems biology — the study of the interactions between proteins, genes, metabolites and components of cells of organisms — as a way to assess the usefulness of traditional medicines.” この分野に関しては、成分のばらつきが少ないエキス剤を使った研究を簡単に組むことができる日本に大きなアドバンテージがありますが、中国にもそのような動きがあるのであれば油断できません。中医学の最大の弱点である $n=1$ スタディに対抗して、多数例のスタディによって強いエビデンスを示し、作用機序に関して現時点で分かっていることをもとにstoryを組み立てることによってメカニズムに迫ることで、世界に漢方医学の独自性と優越性をアピールできます。これこそが、中国のISO取得に対抗できる最も効果的かつ強力な手段だと考えますが、いかがでしょうか。

今回のテーマ：速効性は漢方薬の重要な性質のひとつである
＜最新作：すぐ効く漢方大集合＞

8月9日に今年2作目の新作となる「すぐ効く漢方大集合」をアップしました。
漢方薬の効き方に関する一般人とほとんどの医師の捉え方は、長く飲み続ける
ことによってじっくり効いてくるというものだと思います。

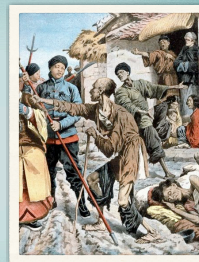
一般的な漢方薬の
捉え方は...

長く飲み続けると
じっくり効いてくる



でも2000年以上
前の時代では...

急性熱性疾患が
翌日に改善しなければ
それは**死**を意味する

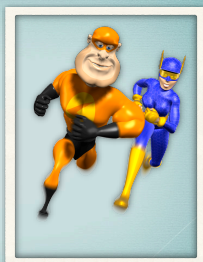


しかし、今の漢方薬のレシピができ上がった2000年以上前の時代では、死亡原因の多くは感染症（「傷寒」ともいいます）で、急性熱性疾患が翌日には改善傾向にならなければ、特に急性胃腸炎における嘔吐や下痢が治らなければ、それは患者の『死』を意味します。特に小児においてそれは最も深刻な問題であったはずです。

そんな状況では、長く飲み続けるとじっくり効いてくるという薬剤など誰が必要とするのでしょうか。とにかく一服で、あるいは一両日で明らかな効果がなければ何の意味もなかったはずです。この当時の薬剤に求められた性質の第一は「速効性」以外の何ものでもありません。ですから、漢方医学の基本は「救急医学であるとも言えるのです。

そんな状況で
漢方薬に
求められる性質は

速効性！



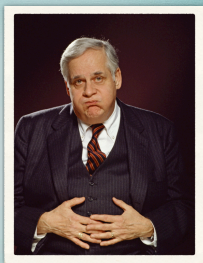
漢方医学の
基本は

救急医学



ではまず、一服で効く漢方薬からご紹介します。

**食べ過ぎて
苦しい**
そんなときには
六君子湯



ツムラ六君子湯 2.5g
胃もたれ時に服用

服用後10～15分で
気がついたら
胃のもたれが消えている

食べ過ぎて胃がパンパンになり「蠕動できないぞ」という感じで苦しいときに六君子湯を一服飲みますと、胃の排出能を亢進させて、10～15分くらいで胃のもたれが消えます。そもそも、こんなに苦しくなる程食べてはいけないのは言うまでもありません。

飲み過ぎた
そんなときには
五苓散



**車や飛行機で
酔う／耳痛**
そんなときにも
五苓散



**めまい発作で
嘔吐も伴う**
そんなときこそ
五苓散



ツムラ五苓散 2.5g
多量飲酒後就寝前に服用
乗車前／搭乗中に服用
めまい発作時に服用

就寝中に酒精分解促進
乗り物酔いが軽減
降下時の耳痛が軽減
めまいが1時間で軽減

五苓散は、水分調整薬の代表選手ですが、一服で効く場面も豊富にあります。まずは、お酒を飲み過ぎたときです。どんなに泥酔しても、寝る前に五苓散を

一服飲みましょう。翌朝にはアルコールが気持ちよいほど抜けています。かなり過量の飲酒でしたら、五苓散を二服まとめて飲んでも構いません。

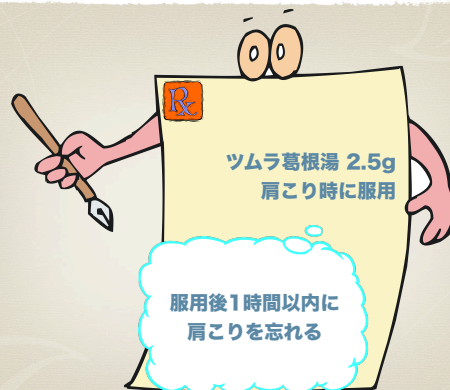
夏は乗り物に乗って移動する機会が多くなります。まず車酔いですが、車に乗る前にあらかじめ五苓散を一服飲んでおきます。でも、下を向いて本を読んだりゲームをしたりしては効果半減です。また、空腹も満腹もいけません。睡眠不足も車酔いをしやすくなります。飛行機に乗ったときに、離陸後上昇中に耳が痛くなる場合と、次第に高度を下げて着陸するときに耳が痛くなる場合があります。上昇中の耳痛に対しては搭乗前の五苓散一服が効果的です。下降中の耳痛には、降下を始める直前に五苓散を一服飲むとよいでしょう。降下時の耳痛は、降下時に辛いだけでなく、着陸後もしばらく耳痛や頭痛が続くので、旅行が不快な気持ちでスタートしてしまいます。五苓散を空中で飲んでおくと、降下時の耳痛だけでなく、飛行機を降りてからの頭痛も大幅に緩和されます。

めまい発作で嘔吐も伴う症例は、救急外来や時間外のウォークインでしばしばみられます。重炭酸ナトリウムやプリンベラン入りの点滴も効果的な場合が多いのですが、これに五苓散一服を加えますと、めまいの治りが非常に早くなります。吐き気のあるときには、冷えた水や氷を浮かせた冷水で冷服するのが原則です。吐き気があるときに生ぬるい水は、それだけでも気持ち悪くなります。



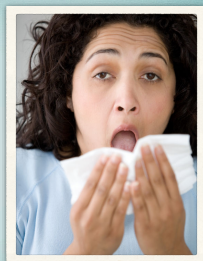
急に心臓がドキドキし始めたときには三黄瀉心湯を一服飲むと、10分くらいで胸が楽になってきます。発作性頻脈や場合によっては心筋梗塞のときにも効果があるそうです。また、鼻血が出たときに三黄瀉心湯を一服飲んでから鼻を15分くらいつまみますと鼻血が止まります。

急に
肩こりが
そんなときには
葛根湯



肩こりが急に起こったときには葛根湯を一服飲みますと、1時間以内に肩こりを忘れます。麻黄の副作用が心配なときには桂枝加葛根湯を一服飲んでも同様な効果が得られます。肩こりが治るというよりは、いつの間にか肩こりを「忘れる」という効き方は、漢方に特徴的な治り方であると言えます。

アレルギーで
水っ涙が
そんなときには
小青竜湯




鼻アレルギーで水っ涙が出てクシャミ発作も伴うときには小青竜湯の一服が効果的です。服用後1時間以内に鼻汁が止まります。鼻アレルギーでは、起床時に症状が強い、モーニングアタックという現象が起こりますので、起床後速やかに服用することが重要です。また、ヤク切れが早いので、効果がなくなったら、すかさず次の一服を飲みましょう。

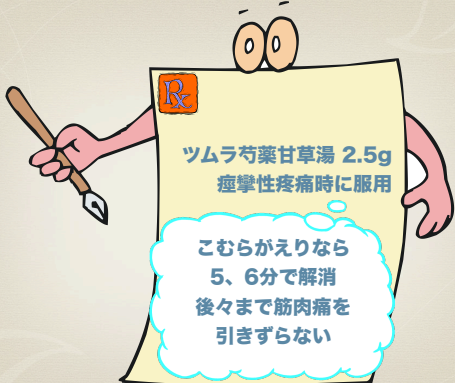
急に咳が
コンコン
そんなときには
麦門冬湯



急に咳が出て来たときには麦門冬湯を一服飲みます。服用後1時間以内に咳が止まります。この方剤もヤク切れが早いので、効果がなくなったら、すかさず次の一服を飲みましょう。

**急に筋肉が
ギュッと**
そんなときには
芍薬甘草湯





ツムラ芍薬甘草湯 2.5g
痙攣性疼痛時に服用

こむらがえりなら
5、6分で解消
後々まで筋肉痛を
引きずらない

急にふくらはぎの筋肉がギュッととなって痙攣性疼痛が起こる「こむらがえり」には芍薬甘草湯の一服が著効を示します。平均5、6分で痙攣がほどけます。また、後々までふくらはぎの筋肉痛を引きずらないのも嬉しいですね。毎晩のようにこむらがえりを起こす場合には、就寝時に一服飲んでおくと、寝ている間にこむらがえりが来ません。芍薬甘草湯は骨格筋・平滑筋を問わず、筋肉の痙攣性の疼痛に効果がありますので、月経痛、尿管結石の疝痛、しゃっくり、胃けいれんにも使えます。

後半は、一両日中に効果のある漢方薬の紹介です。

**下痢型
過敏性腸症候群**
そんなときには
半夏瀉心湯





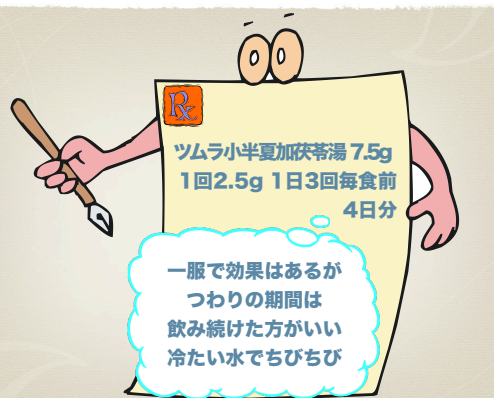
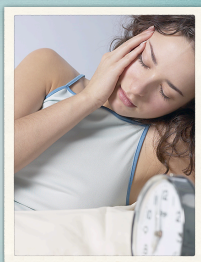
ツムラ半夏瀉心湯 7.5g
1回2.5g 1日3回毎食前
14日分

下痢は
2、3日でよくなり
2週間以内に
人生が変わった感覚に

過敏性腸症候群の中でも、下痢型は最も頻度が多く、トイレのないところに行けないので、行動範囲が非常に制限されてしまいます。半夏瀉心湯を服用しますと、一両日中に普通便になります。病悩期間には余り関係がないようです。患者さんからは「人生が変わった」という喜びの声を頂いたことがあります。

悪阻が酷くて 食べられない

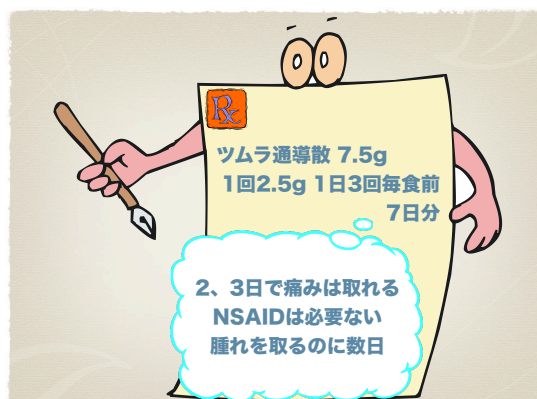
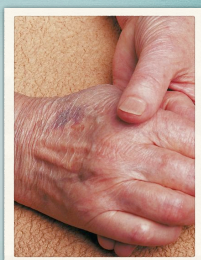
そんなときには
小半夏加茯苓湯



妊娠悪阻が酷いときには食事ができなくて消耗してしまいます。そんなときは小半夏加茯苓湯です。効果は一服でも出ますが、妊娠悪阻の期間は飲み続けた方がいいでしょう。勿論、「吐き気があるときには冷服」の原則を守りましょう。

打撲症で 便秘もある

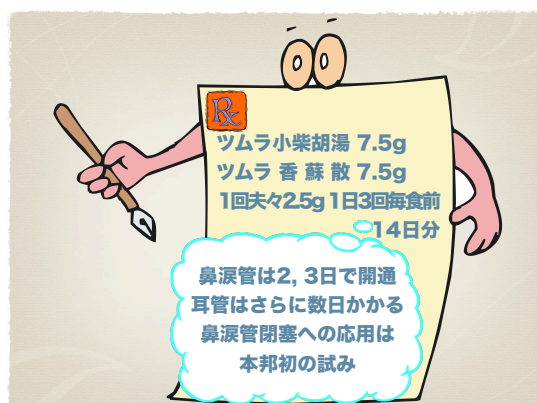
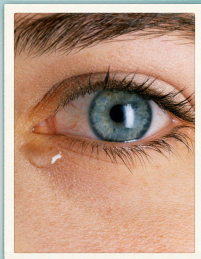
そんなときには
通導散



打撲症は微小循環障害が主な病態であると考えて、微小循環障害改善薬の中でも便秘があることを条件に通導散を使います。痛みは2、3日で取れるばかりでなく、痛み止めとしてのNSAIDが必要ないほどの効果があります。しかし、腫れが取れるには数日を要します。

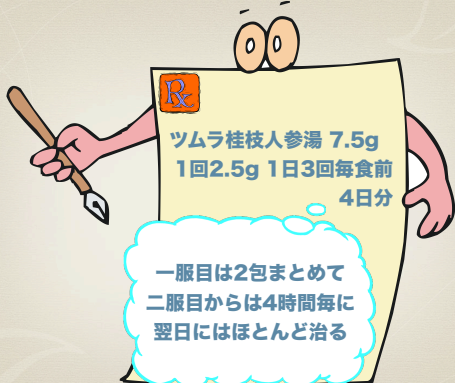
鼻涙管狭窄で 涙が止まらぬ

そんなときには
柴蘇飲



鼻涙管狭窄で涙が止まらないときには、小柴胡湯と香蘇散の合方である柴蘇飲を服用します。鼻涙管は2、3日で開通し涙が流れなくなります。この合方はもともと耳管狭窄に使われたいたものですが、当院に漢方研修に来られている小橋重親先生が、耳管狭窄に効くのなら同じような細い管の鼻涙管にも効くのではないかという短絡的発想で使ってみたら奏効したという「瓢箪から駒」の物語です。これは本邦初の試みで、これからの鼻涙管狭窄の治療法を一変させる革命的な仕事です。

**急性胃腸炎で
水様性下痢が
そんなときには
桂枝人参湯**



R
ツムラ桂枝人参湯 7.5g
1回2.5g 1日3回毎食前
4日分

一服目は2包まとめて
二服目からは4時間毎に
翌日にはほとんど治る

ノロウイルスやロタウイルスなどによる急性ウイルス性胃腸炎は、水様性下痢、発熱、頭痛などの症状を呈します。感染性が強く集団発生しますと社会的に大きな影響を及ぼします。そんなときには桂枝人参湯を第一選択とします。服用法は一服目には2包まとめて飲み、以後4時間おきに1包飲みます。夕方から朝までせつせと服用しますと、翌朝にはほとんど治ってしまいます。西洋医学的には脱水予防の補液くらいしか治療法がありませんが、桂枝人参湯は炎症を起こしている腸管に直接作用して炎症を鎮めますので、このように早く胃腸炎が終息するのです。

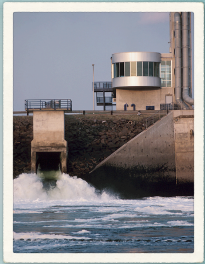
抗炎症作用

TLRなど自然免疫に介入
免疫反応の迅速な立ち上げ
過剰な炎症を抑制
障害された組織の修復



水分調整作用

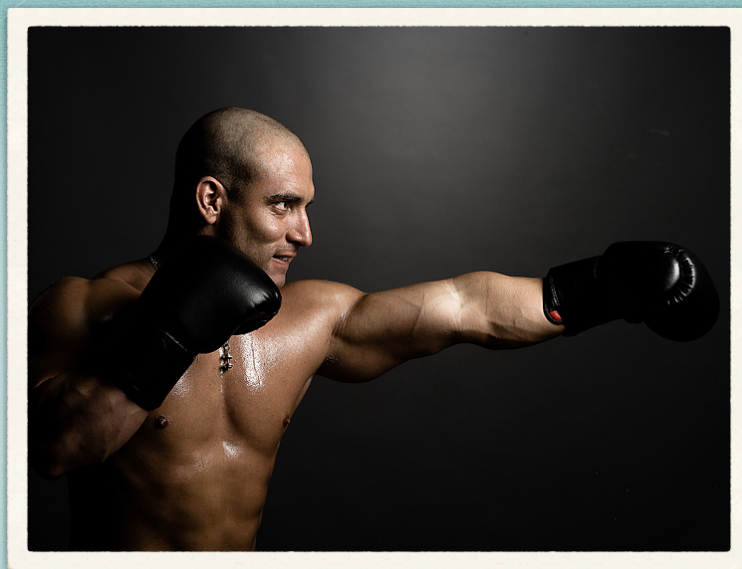
- ・水チャネル アクアポリンの抑制あるいは促進によって細胞レベルで水を調整する
- ・浸透圧のセットポイントを上げてADHを介した水分調整を行っている



漢方薬の速効性のメカニズムについては、まだ全貌が分かっているわけではありません。全貌が分かるまでには、全く新しい方法論の出現を待たなければなりません。今まで分かっていることから、メカニズムの全体像を推測することは許されるのではないのでしょうか。これをstory tellingといいます。漢方薬の速効性に関するstory tellingは以下の通りです。

まずは強力な抗炎症作用です。漢方薬は自然免疫、特にtoll様受容体（TLR, toll-like receptor）に介入して、免疫反応を迅速に立ち上げ、過剰な炎症があればそれを抑制し、さらに障害された組織の修復を行っていると考えられます。

一方、急性炎症に伴う水分の分布異常に対する水分調整作用も重要です。漢方薬は水チャネル、アクアポリンの阻害や促進を行うことにより細胞レベルで水の調整を行っており、また、血液中の浸透圧のセットポイントを上げ下げしてADHを介した水分調整を行っていると考えられます。



**漢方薬のパンチ力を
処方を通して実感して下さい**

医療法人静仁会 静仁会静内病院

病院長 井齋偉矢（漢方内科、総合診療科）

お問い合わせや研修希望は free_radical_scavenger@ybb.ne.jp まで