

グラフ

プライマリ・ケア漢方のすすめ(2)

佐藤 寿一*

はじめに

今回のシリーズでは、プライマリ・ケアの現場で漢方診療を行う際に必要とされる「患者の証の見立て」のポイントについて解説させていただく。

患者の病態の見立てを行う際には西洋医学とは異なる漢方特有の“ものさし”を用いる。今回は、心身のアンバランスを測る基本的な“ものさし”(図1)として、陰陽(虚実・寒熱・表裏)、六病位について解説した¹⁾。今回は、気血水、および五臓についてお話しする。

I. 気血水とは

漢方では、人のからだは気血水によって成り立っていると考える(図2)。

このうち、気とは生命活動を営む根源的なエネルギーのことを表す。人は生まれつき備わっている先天の気(腎気)と生まれた後に作り出される後天の気(呼吸によって得られる宗気と飲食によって得られる水穀の気)からなる。気には、全身を栄養する營気と、体表に在って外からの病邪の侵入を防ぐ衛気とがある。

血とは營気の一部が紅色の液体である營血に変化したもので、全身に栄養を供給するとともに全身を温める。まさに西洋医学でいう血液の働きに相当する。しかし、漢方ではその働きだけではな

く、身体・臓腑を形作っているものも血であると考えられている。

水とは臓腑、筋肉、毛髪、粘膜を潤し、関節の働きを円滑にする働きを持っている。そして、水分代謝や免疫システムに係わる。全身を潤すとともに冷やす。水が生理的状态にあるときは津液と呼ばれる。一方、体のどこかに偏在し過剰な状態にある場合は痰飲と呼ばれ、その状態を水滯あるいは水毒と言う。

これら気血水が過不足なく、そして滞りなく全身を巡っている状態は健全な状態である。では、これらが失調を起こした状態にはどのようなものがあるのだろうか。

II. 気の失調

気は正常な場合は頭部から体幹を通過して四肢末端に流れていき、そこから体表に沿って頭部に戻ってくる(図3)。この生体内を流れる気が減少し不足した状態を気虚と言う。気虚では、気力の低下、倦怠感、眠気、食思不振といった症状が現れる。また、頭部から体幹に降りていく気が喉元などで流れが悪くなり、うっ滞した状態を気滞と言う。気滞では、抑うつ気分、喉のつかえ感、腹部膨満感といった症状が現れる。喉元に何か引っかかりを感じるがいろいろな検査をしても異常が見つからないという病態は、西洋医学では咽喉頭異常感症・ヒステリー球(身体症状症)と診断されるが、漢方では喉元で気がうっ滞している病態(梅核気：梅の実がのどに引っ掛かっている感覚)で気滞の証と診断する。このように、気の流れが喉

— Key words —

気血水論、五臓、七情内傷

* Juichi Sato : 名古屋大学医学部附属病院総合診療科 病院教授

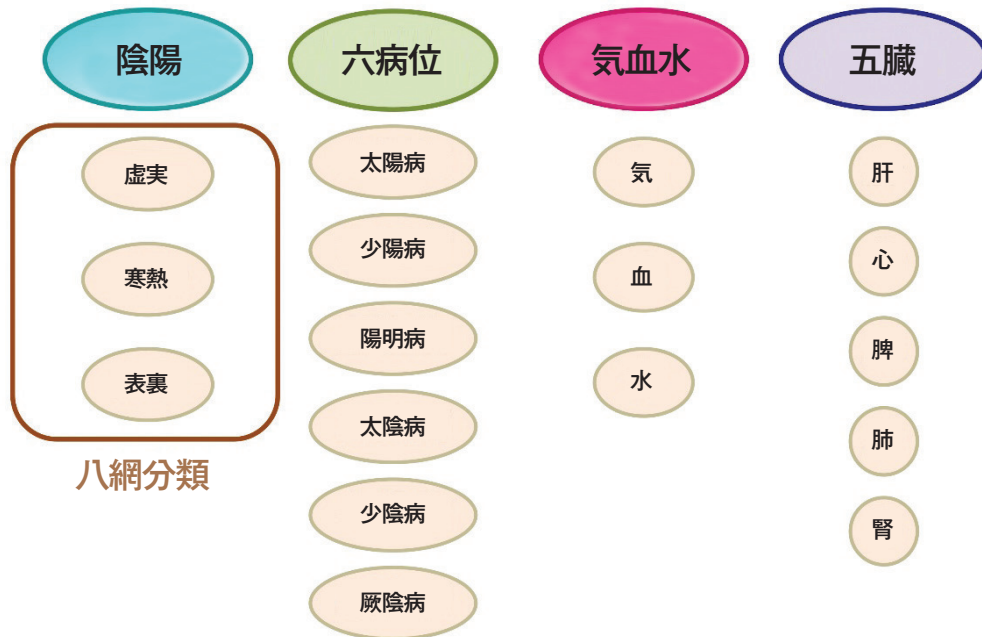


図1 心身のアンバランスを測るものさし



図2 ひとのからだと気血水

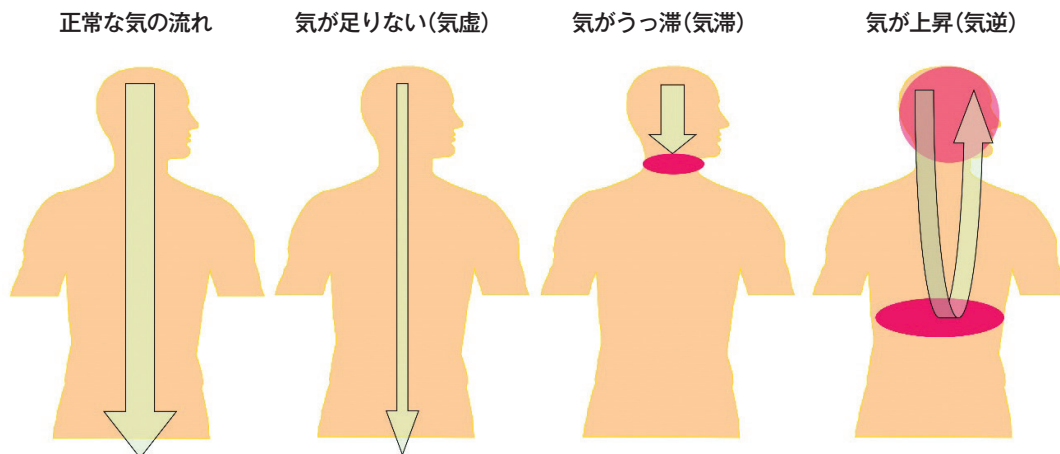


図3 正常な気の流れと気の異常

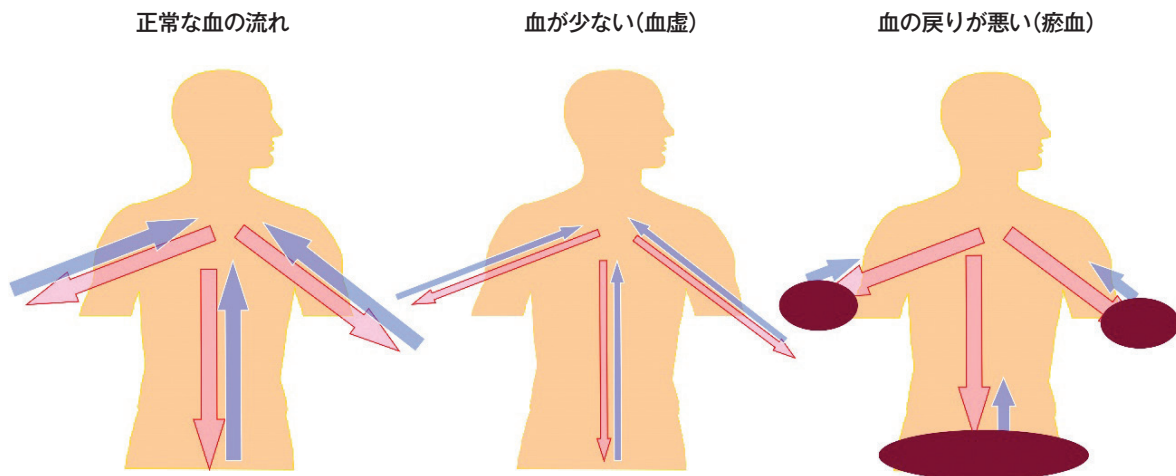


図4 正常な血の流れと血の異常

元や心窩部などで悪くなり、うっ滞し、さらにその気が逆流して上昇し頭部に戻ってきた状態は気逆きぎやくと言う。気逆では、冷えのぼせ(四肢末端は冷えるのに頭はのぼせている状態)、顔面紅潮、動悸、不安焦燥感といった症状が現れる。

Ⅲ. 血の失調

血は胸部にある心しんから出て、末梢にまで流れてゆき、末梢に栄養分を届けた後、心に戻ってくる(図4)。血が減少し不足している状態を血虚けつきょと言う。血虚では、立ちくらみ、顔色不良、倦怠感、疲労、皮膚の乾燥、脱毛、爪の変形、筋痙攣といった症状が現れる。心から末梢にまで流れていった血の戻りが悪くて末梢に血が溜まっている状態を瘀血おけつと言う。瘀血では、月経異常、下腹部の抵抗と圧痛、皮膚・粘膜が暗赤色、目のくま、腹部膨満感といった症状が現れる。

Ⅳ. 水の失調

全身の水が不足している状態を津液不足と言う。津液不足では、発熱、口渴、舌の乾燥、皮膚乾燥、乏尿、硬便といった症状が現れる。一方、水が体のどこかに偏在している状態を水滯または水毒と言う(図5)。頭部の水滯では、めまい(回転性、浮動性)、頭痛、耳鳴り、水様性鼻汁といった症状が現れる。胸部の水滯では、動悸、息切れ、咳、

腹部の水滯では、嘔気、嘔吐、下痢、頻尿、残尿感といった症状が現れる。また、四肢末梢の水滯では、浮腫、冷え、関節痛といった症状が現れる。

V. 五行説と五臓

五行説とは、古代中国に端を発する自然哲学の思想で、自然界のあらゆるものは「木・火・土・金・水」という5種類の元素からなるという説である。5つの元素は相互に助け合ったり、抑制し合ったりして互いに影響を与え合い、その生滅盛衰によって天地万物が変化し、循環するという考えである。この、助ける関係を相生そうせいと言う。木が燃えると火がおき、火からできる灰が土を肥やし、土から鉱物(金属)が生まれ、鉱物には水滴がつき、水は木を育てるという関係である。一方、抑制する関係を相克そうこくと言う。木は土から養分を吸い上げ、土は水の流れをせき止め、水は火を鎮め、火は金属を溶かし、斧(金属)は木を切るという関係である(図6)。

人もまた自然界の一部と捉え、人体の働きを五行説にあてはめ、5つに分けたものが「肝・心・脾・肺・腎」の五臓である。肝は木、心は火、脾は土、肺は金、腎は水に対応している。

五臓は西洋医学でいう、肝臓・心臓・脾臓・肺、腎臓といった臓器とは異なり、その臓器の働きよりも広い機能を含んだ概念である。五臓がお互い

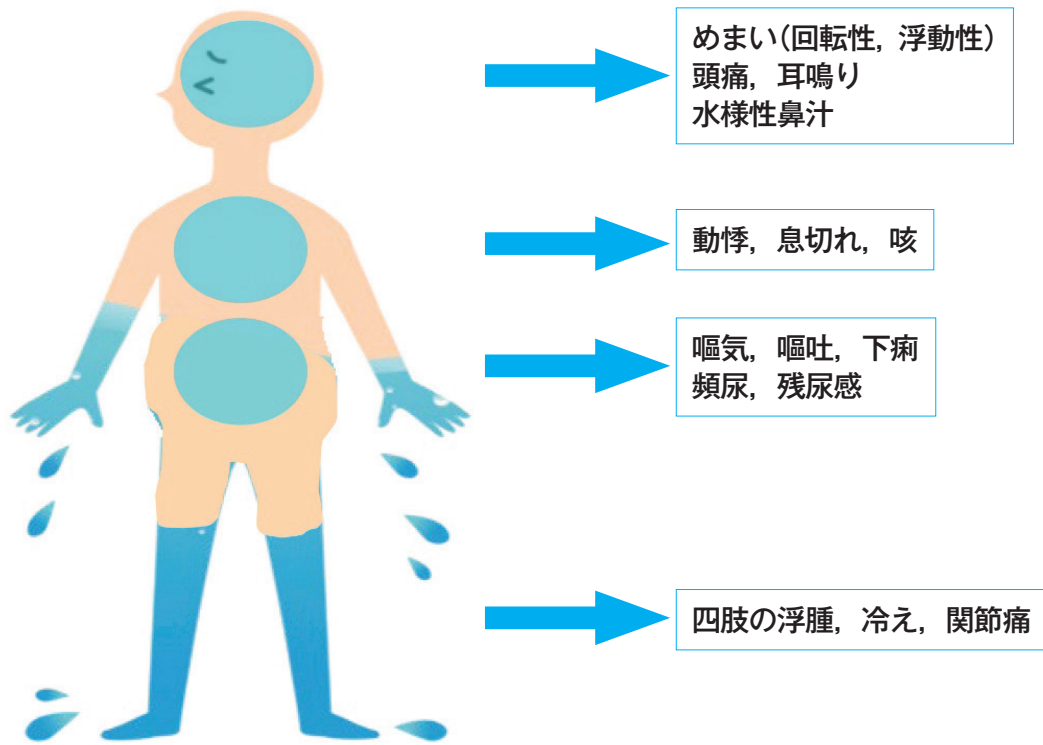


図5 水の偏在と現れる症状

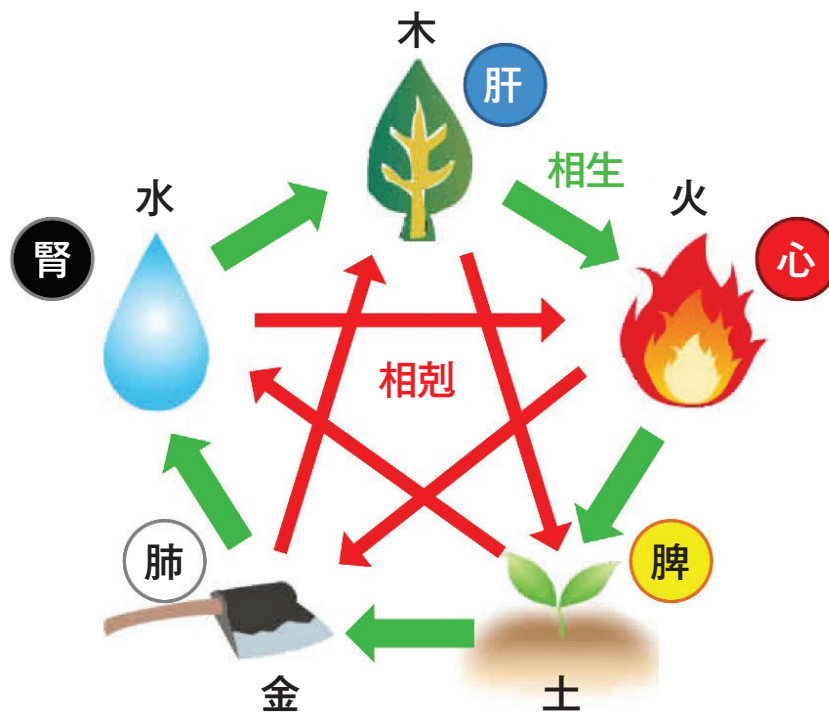


図6 五行と五臓の概念図

表 1 五臓の異常と臨床症状

五臓	肝	心	脾	肺	腎
七情	怒	喜	思	憂・悲	驚・恐
主要症状	胸脇苦満 いらいら 頭痛 めまい 目の充血	動悸 息切れ 不眠 不安感	腹部膨満 食欲不振 喉のつかえ感 軟便	息切れ 声枯れ 落ち込み 倦怠感	腰痛 尿漏れ 物忘れ 思考力低下

に協力しバランスを調えることで、心身ともに健康な状態を維持することができる。

VI. 五臓と七情内傷^{しちじょうないしょう}

人間には、喜、怒、憂、思、悲、恐、驚という7つの感情がある。それぞれの感情は五臓と関連している。怒り過ぎれば肝を傷り、喜び過ぎれば心^{やぶ}を傷り、思い過ぎれば脾を傷り、悲しみ過ぎれば肺を傷り、恐れ過ぎれば腎を傷る。この文章は、これらの感情が度を越した状況は五臓の障害を招くこと(七情内傷)を示している。過剰な七情により五臓が異常をきたした時に現れる症状を表1に示す。

以上、漢方の基本概念である気血水論および五

臓の概念について解説した。今回は、陰陽(虚実・寒熱・表裏)、六病位、気血水、五臓といった漢方特有の“ものさし”を用いて、患者の証を見立てる、すなわち患者の病態を把握したのち、どのような漢方処方を行うかについてお話したい。

利益相反

本論文に関して、筆者が開示すべき利益相反はない。

文献

- 1) 佐藤寿一：プライマリ・ケア漢方のすすめ. 現代医学. 公益社団法人愛知県医師会 現代医学誌 2023 ; 70(2) : 111-114.
- 2) 日本漢方医学教育協議会編：基本がわかる漢方医学講義. 羊土社, 2020.