

## 2 月度学術講演会

|         |   |                                           |
|---------|---|-------------------------------------------|
| 日       | 時 | 令和 8 年 2 月 28 日 (土)                       |
| 演       | 題 | 漢方が処方したくなる 60 分<br>～風邪には葛根湯、以外の処方も使ってみよう～ |
| 講       | 師 | 二宮レディースクリニック 二宮典子 先生                      |
| 出 席 者 数 |   | 府医会員 59 名・その他 15 名                        |
| 担       | 当 | 富永良子                                      |
| 共       | 催 | (株)ツムラ                                    |

風邪に漢方といえば葛根湯。おそらく処方したことのない先生はいないだろう。しかし、風邪のすべてに葛根湯が最適というわけではない。葛根湯が合うのは、まだ汗をかいておらず、ゾクゾクする寒気や首・肩のこわばりがしっかり出ている風邪のひきははじめである。つまり、体が風邪としっかり戦っていて症状がはっきり出ているタイプに向いている。葛根湯には麻黄という生薬が含まれておりエフェドリン作用を持つことが知られている。発汗を促して風邪を追い出す力がある反面、症状の出方がおとなしい方や高齢者・妊婦ではかえって消耗させてしまうことがある。胃腸の弱い方では食欲低下や胃もたれを起こしやすく、高血圧や心疾患のある方ではエフェドリン作用による動悸や血圧上昇にも注意が必要である。また、すでに汗をかいている方に使うとさらに発汗して体力を奪ってしまう。そして、風邪をひいてから数日経ち、熱が上がったり下がったりする・食欲が落ちてきたといった"こじれた"時期には、そもそも葛根湯の出番ではない。

では、葛根湯が合わない風邪にはどうすればよいか。漢方では、風邪のような感染症が悪化していく経過を「邪が外から中に侵入していく過程」と捉える。すなわち、ひきははじめ(表)→こじらせ(半表半裏)→寝込む(裏)と段階的に進行すると考え、どの時期にいるかによって処方を選択する。この病期の考え方が処方選択の土台になる。そこに「虚実(症状の出方の強さ)」と「患者背景」を加えた 3 軸で整理し、発汗の有無・寒気の強さ・消化管症状・肋骨の下あたりの張りを問診で確認すれば、処方は自然と絞られる。日数はあくまで目安であり、症状のパターンで判断することが大切である。

ひきははじめ(表)の処方選択で最初に確認するのは、汗をかいているかどうかである。漢方では、まだ汗が出ていないのは風邪を追い出せていない状態、すでに汗をかいているのは体表の防御が緩んで消耗しかけている状態と捉える。この違いが処方の方向性を決める。まだ汗をかいておらず、症状が強く出ている場合には麻黄湯を選ぶ。麻黄湯は葛根湯よりも麻黄の配合量が多く、強力に発汗を促してインフルエンザ様の高熱や強い関節痛にも対応できる処方である。一方、すでに汗をかいている場合には桂枝湯を選ぶ。桂枝湯は実は葛根湯のベースとなる処方で、麻黄を含まないため、体に負担をかけずに穏やかに調和させる働きがある。葛根湯はこの桂枝湯に麻黄と葛根を加えたものであり、ちょうど麻黄湯と桂枝湯の中

間に位置する処方と理解するとわかりやすい。症状がおとなしく麻黄を避けたいが、まだ汗をかいていない場合には参蘇飲を選ぶ。参蘇飲は高齢者・妊婦・虚弱体質に使いやすく、妊娠の可能性のある女性にも安心して処方できる実用的な一剤である。

こじらせの時期（半表半裏）には柴胡剤の出番となる。胃腸症状が主で微熱や軽い寒気が残っていれば柴胡桂枝湯、肋骨の下あたりが張ってつかえる感じがあったり、熱が出たり引いたりを繰り返すようであれば小柴胡湯を選ぶ。迷ったら、ひきははじめの名残にも対応できる柴胡桂枝湯から始めるのが安心である。

そして回復期。咳が残って痰が切れにくいときには麦門冬湯が適する。ひきははじめからでも、こじらせた後からでも、咳だけが長引く場面は日常診療でよく遭遇する。また、夏場の咽頭痛が主体の感冒には銀翹散が有効である（銀翹散は保険適用外）。

葛根湯は素晴らしい処方だが、それだけではもったいない。明日の外来から、漢方の引き出しを一つ増やしてみませんか。