



2008年12月17日放送

領域別入門漢方医学シリーズ

ペインクリニック領域と漢方医学

昭和大学横浜市北部病院 麻酔科 教授

世良田 和幸

## (2) 頭痛、肩こりに対する漢方治療

まず最初に、頭痛についてお話をしたいと思います。漢方では、この頭痛という言葉については、一般的には頭が痛むということで頭痛ですが、頭がうずくという意味でも頭痛という言葉が使われております。この頭痛の成因については、漢方医学的には様々な要因がありますが、例えば外の環境により症状が出る、例えば風邪、かぜなどにもよりますが、こういった外邪と呼ばれる外の環境の要因が体の中に浸透し、入ってきて胃腸の虚弱や胃腸の冷え、体全体の冷えを生じることによって、気、血、水の流れが阻害され、前回にもお話しした、いわゆる「通じざればすなわち痛む」の状態に陥って頭痛を引き起こすと考えられております。頭痛は一般に、男性よりも女性に多く発症するとされております。きょうのお話の中では、西洋医学的という脳腫瘍やくも膜下出血、髄膜炎など、西洋医学が得意な分野の頭痛に関してはお話をすることは避けまして、ここでは、それ以外の筋緊張性頭痛や片頭痛、頸椎や副鼻腔などの構造異常による頭痛などの、いわゆる常習性の頭

痛について述べたいと思います。

頭痛の漢方医学的分類については、外邪、体の外のいわゆる外因性によって引き起こされる頭痛がございます。これは、いわゆるかぜの初期などによって起こる外感頭痛というふうに言われていますが、表寒、表というのは体の表面という意味にもなりますが、この体の表面に外邪が取り付いて起こる様々な症状であります。その中のひとつに頭痛があるわけですが、この痛みは寒さによって増強し、温めてやることによって痛みが楽になる傾向があります。漢方薬としては、汗がなかなか出にくい場合には葛根湯を、汗が出て、比較的かきやすいような状況の頭痛に対しては桂枝湯を、この葛根湯と桂枝湯がなかなかうまく効かない場合には川芎茶調散という漢方薬が使われております。また、この川芎茶調散は、月経周期に関連した頭痛にも用いられることがいわれています。

また、それ以外に、胃腸の虚弱などが体の内部の異常による内傷、いわゆる内因性の頭痛と呼ばれているものがあります。これは、裏熱と呼ばれている、外邪が体の中に繋がって熱と化したもの、または内うつにより熱を生じたものといわれておりますが、こういった頭痛に対して、愁訴の多い、また特に女性に多いわけですが、こういったものに関しては加味逍遙散が、また高血圧や片頭痛、動脈硬化症など、症状としては頭痛が頭部の両側にあって発作性を呈し、イライラ、怒りっぽいなどの症状がある場合は釣藤散を、もうひとつ裏寒と呼ばれている内臓の機能が低下したような頭痛に関しては、生理機能が低下して胃腸の虚弱で気虚と呼ばれている状態になって、頭部が真綿で絞められるような頭痛に関しては桂枝人参湯が用いられております。

また、この裏寒に湿というものが加わったものが、胃腸の消化吸収能が乱れて痰湿と呼ばれる状態になり、頭部に水湿が貯留してきて、その流れがふさがれる。そのときの頭は重くて痛む。めまいや悪心・嘔吐、特に痰や唾を盛んに吐くといった痛みに関しては半夏白朮天麻湯、それから間歇頭痛と呼ばれているもの、これはこういった寒邪の、寒い邪ですね、この肝脈に停滞するために、血管の痙攣による反復性の激しい頭痛が発症する場合があります。この症状に対しては、例えば片頭痛、あるいは頭頂部の痛みが多く、悪心・嘔吐、手足の冷えなどを伴う、月経前後の冷えを伴った頭痛に用いる場合は呉茱萸湯が用いられます。ただ、この呉茱萸湯と半夏白朮天麻湯の使用に関しては、その鑑別がなかなか難しい場合がございます。

次に、肩こりですが、肩こりも様々な原因がありますが、漢方では腹診、腹部の症状ですね、この腹診を治すことが本治であり、肩こりは標治といわれております。肩こりに関しては、気、血、水からは、水毒が関係することが多いとされております。

肩こりの種類には大きく分けて 5 つございまして、まず風寒の肩こり、寒冷や湿気を感じて発症する肩こりで、肩や肩周辺がこわばり、あるいは痛い。冷えや夜間になると痛みが増強して、また温めると楽になるという肩こりであります。これについては葛根湯が効果があります。特に葛根湯は肩甲骨のちょうど間、背中の痛みが強い場合に用いられます。

続いて、寒湿の肩こり。肩や肩周辺が重苦しくて、温めると痛みが軽減しますが、これも冷えると悪化する。しばしば寒がることによって、また手足の冷えや食欲不振や軟便などを伴います。こういった肩のこり、肩の痛みに関しては葛根加朮附湯または桂枝加朮附湯などが用いられます。

3番目は気虚の肩こり、または肩の痛みですが、これは過労などが原因で、生理機能が低下した人に見られる肩こりです。疲れによって肩こりが増強し、休むと軽減する場合があります。易疲労感、疲れやすい人に多く見られる場合ですが、こういった肩こりには桂枝人参湯がしばしば用いられます。また、これに加えて疲労が強い場合には補中益気湯が用いられる、合方されることもしばしばございます。

4番目は気うつ肩のこり。これは、精神的ストレスによって誘発・増強された肩こりです。肩こりのほかには、頭痛、不眠、イライラ、腹部の症状としては胸脇苦満などを伴っている場合があります。この気うつ肩のこりに関しては主に柴胡剤が用いられます。加味逍遙散、柴胡加竜骨牡蛎湯、高血圧や便秘を伴う場合には大柴胡湯、精神的な様々な症状が出ている場合には抑肝散、不眠が強い場合などにもこの抑肝散はよく用いられます。

最後に、瘀血の肩こりというのがございます。これは、外傷や打撲によって発症した肩こりです。肩や肩周辺に痛みがひどく、特に刺すような強い痛みとなるようなことが多く見られるようです。外傷性頸部症候群による肩こりはこの範疇に入ると言われております。この痛みの特徴は、夜間になると増強され、肩の筋肉が固くこわばることが多く見られます。この瘀血の肩こりに関しましては、漢方薬は桂枝茯苓丸、疎経活血湯、桃核承気湯などの駆瘀血剤とともに、治打撲一方や桂枝茯苓丸加薏苡仁などの漢方薬が用いられます。

肩こりにつきましては、最初に申しましたように、肩の症状を見るだけではなくて、腹証、腹部の症状をよく観察することが大切です。ご存知の方もいるかと思いますが、特に葛根湯は、葛根湯の証という、お臍の左右両側約1センチ斜め上に米粒大の腫瘤、かたまりを触れるのが特徴です。漢方薬を使って、ぜひ肩こりを治して下さい。