

～第2回漢方産業化推進研究会～

女性と漢方

～豊かさに向けて～



慶應大学北館ホール
2016年1月20日（水）

つくばセントラル病院 産婦人科
東邦大学大学院看護学研究科非常勤講師
東邦大学薬学部生薬学教室訪問研究員



岡村麻子

略歴

【学歴】

昭和61年 東邦大学薬学部卒業
平成9年 島根医科大学(現:島根大学医学部)卒業
平成18年 千葉大学柏の葉診療所研修
平成20年 日中友好病院研修、北京中医薬大学研修
平成23年 協和中央病院東洋医学センター研修

【職歴】

昭和61年 (株)日立化成工業 茨城研究所勤務
平成9年 東京大学医学部産婦人科学教室入局
東京大学附属病院勤務
平成10年9月 日赤医療センター産婦人科勤務
平成11年9月 焼津市立総合病院産婦人科勤務
平成12年10月 茨城日立総合病院産婦人科勤務
平成23年2月 東京北医療センター産婦人科勤務
東京ベイ浦安市川医療センター産婦人科勤務
平成26年9月 つくばセントラル病院産婦人科勤務
王子病院(漢方外来)
聖路加国際病院産科クリニック非常勤
東邦大学大学院看護学研究科非常勤講師
東邦大学薬学部生薬学教室訪問研究員

【所属学会】

日本産婦人科学会 専門医 日本東洋医学会 専門医
日本産婦人科医会会員 日本思春期学会会員 女性医学学会会員

呼んでいただき
ありがとうございます



漢方薬（生薬）は自分を知り
人とつながる力になる魅力的な薬です

奇跡・・・

自分・父・母・祖父・祖母

10代→24人

15代→32768人

20代→100万人

このなかの1人でもいなければ

自分は存在しない

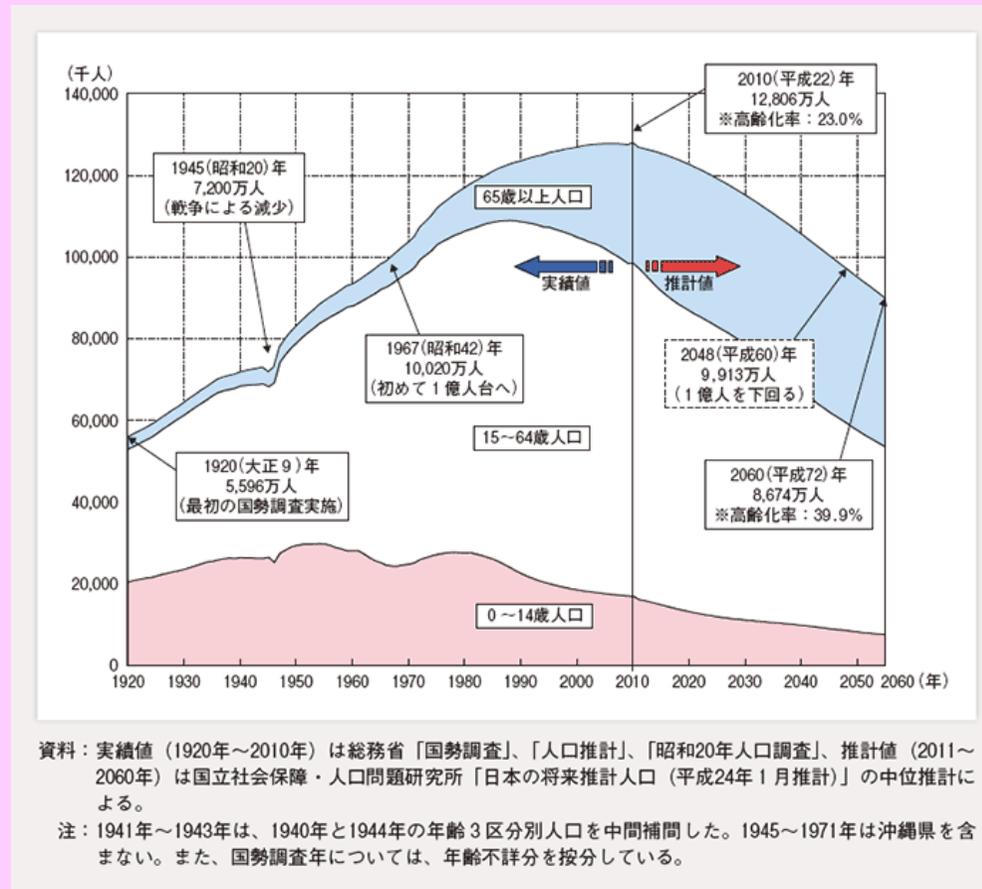
どんなにテクノロジーが進んでも

命の生まれる現場は、とても人間臭い
本能に触れる瞬間
体のバランスが問われる



漢方薬は有効

未体験の少子高齢化・日本



発想の転換！

東洋医学の原点

人間は自然の一部であり
自然と同じ要素を持っている
流れ変動していくものである

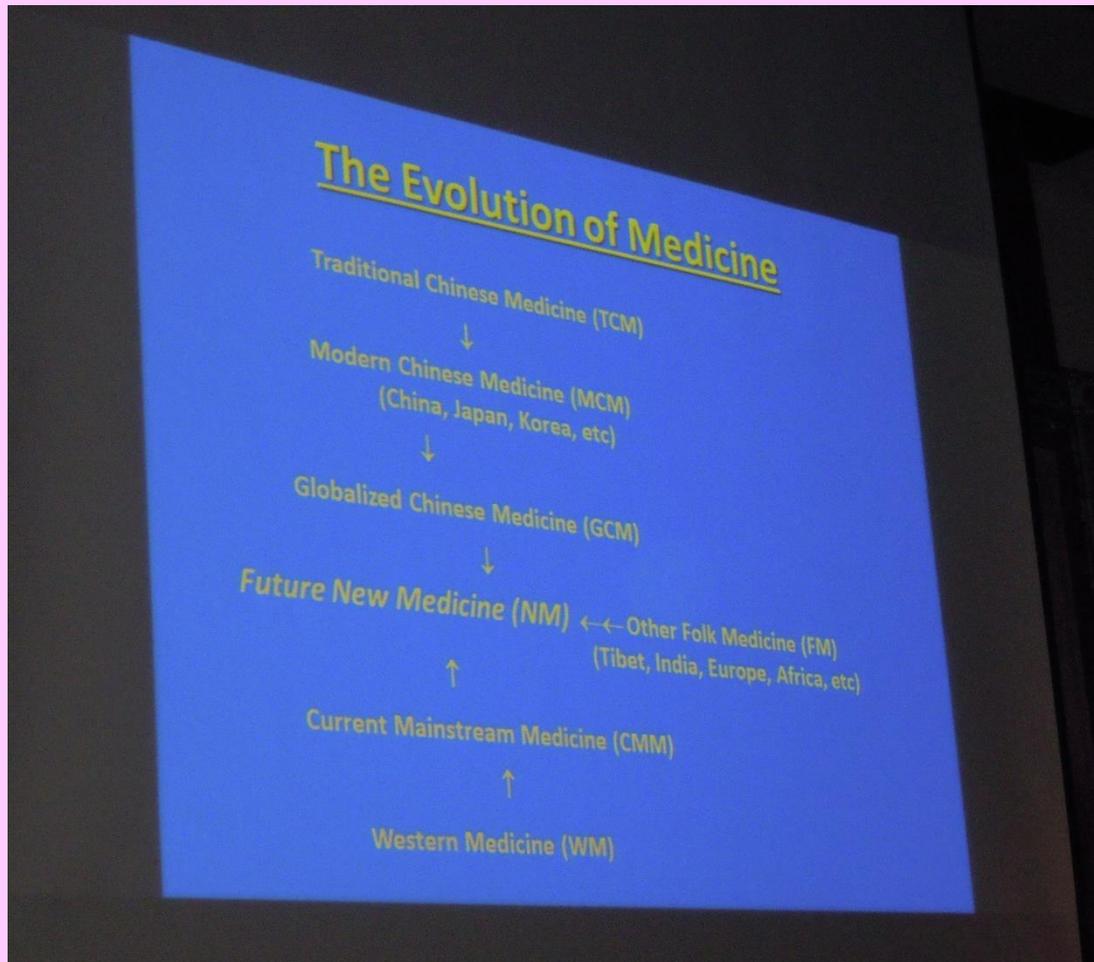


西洋医学では良くなならないかも・・・

第17回国際東洋医学学術集会

17th International Congress of Oriental Medicine

2014.11.1~3



医学の発展
未来の新しい医学

↓
東西統合医療

Yale University
Professor Yung-Chi Cheng

With the advancement of medicine , which results in the change of the spectrum of disease in the world, the medicine needed today will no longer be just for the treatment of diseases(①therapeutic medicine) but also for the prevention of the diseases(②preventive medicine) the enhancement of the quality of life and well-being of individuals(③functional medicine) and the improvement of the use of other medicine(④adjuvant medicine)

①から④を満たす医療は東西結合医療である

世界に誇れる全人的医療 日本漢方の特徴

<薬剤>

エキス製剤
フィンガープリント
安全・品質保証・信頼性

<診療>

東西両方の診療可
腹診（漢方道）
カウンセリングマインド

<対象>

個～集団まで（EBM可能）
からだづくりから難病まで

十医療経済的な利点

漢方薬

(マルチサイトに効果を発揮する)

- 免疫賦活抗炎症系 (生体防御反応)
- 微小循環系 (血流改善)
- 水分調節系 (アクアポリンAQP促進阻害)
- 熱生産系 (深部体温の維持)
- 抗酸化作用 (アンチエイジング)

機序解明が進んでおります

漢方治療とは

漢方薬を用いて行う治療

漢方薬：何種類かの生薬を組み合わせ
てつくった薬

生薬：薬効のある植物・動物・鉱物

ex. 葛根、生姜、山薬 etc



漢方とは

元々中国の漢時代に原型
を輸入した医療



漢方



「漢方医療」という名称
がそのまま残っている

日本の伝統医療

オランダから輸入した
西欧の医療



オランダの医療（蘭方）



明治以降の日本の主流医療
「蘭方医療」という名称は
消失

通常の子本の医療
西洋医学

漢方の診断（漢方マインド）

どの漢方薬を使うか？



証をとって薬を選ぶ（随証治療）

診察法：望診(ぼう)→患者を眺める・舌診

聞診(ぶん)→患者の臭い・発声・発語を聞く

問診(もん)→問診

切診(せつ)→患者に触る 腹診・脈診

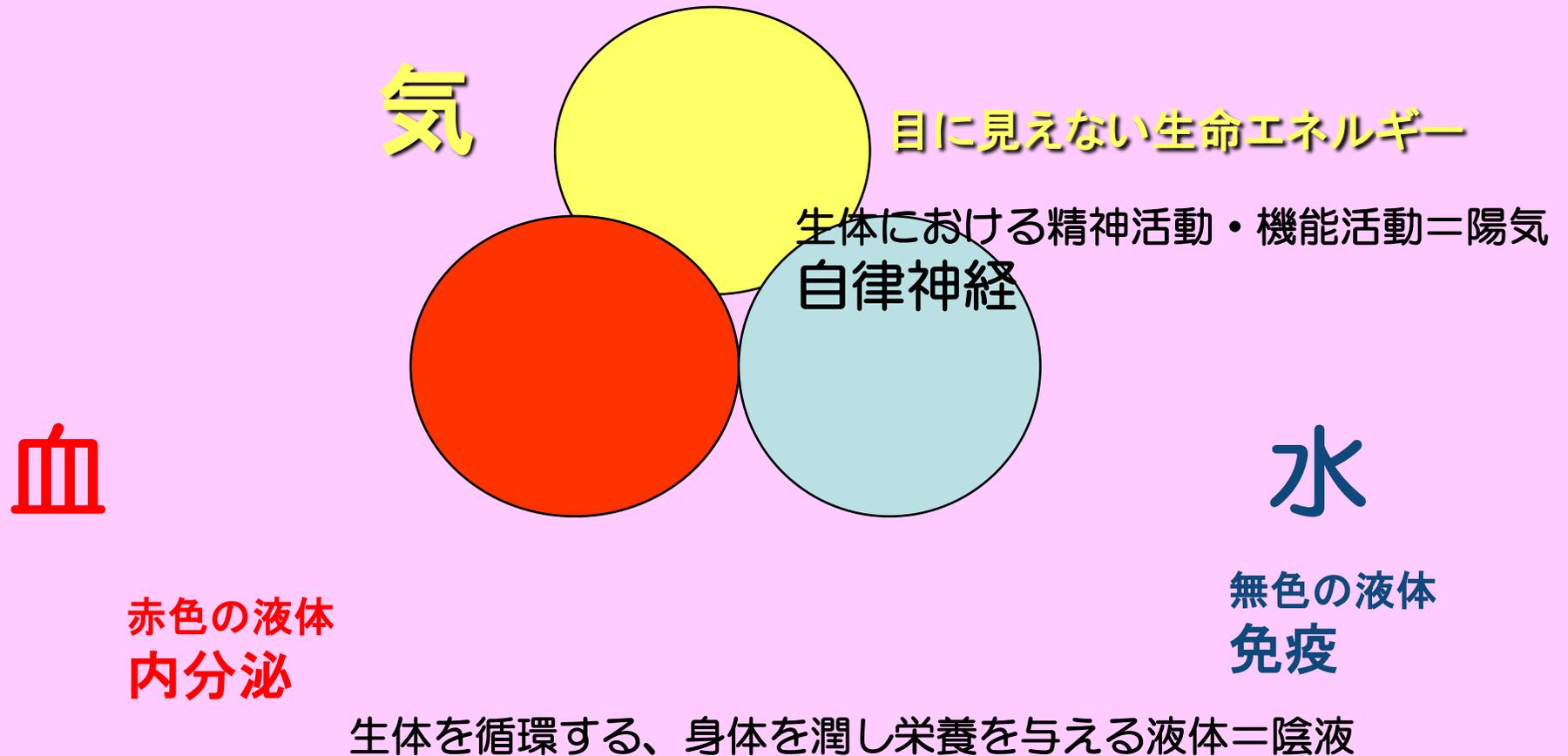
理論：気血水 五臓六腑(脾腎肝) 六病位



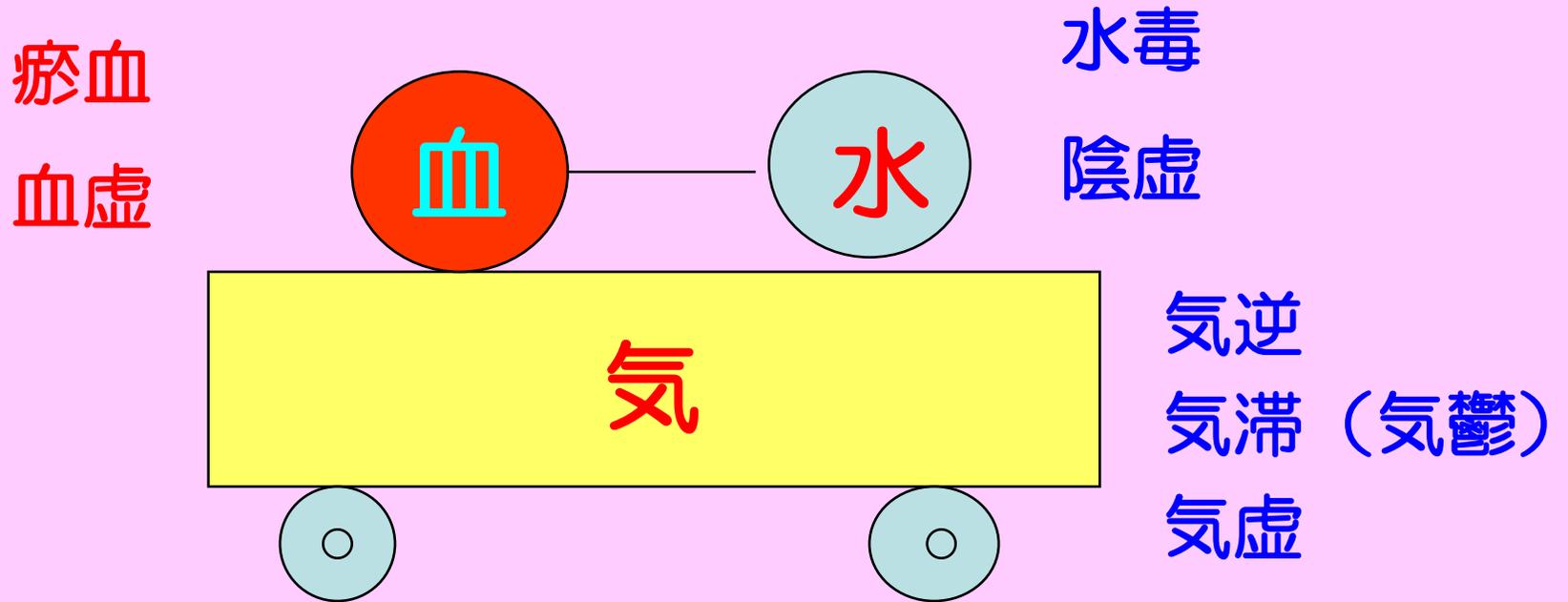
八綱弁証（陰陽. 虚実. 表裏. 寒熱）

気血水について

漢方では生体は気血水の3要素が体内を循環することにより維持されると考える



気の巡りが悪いと 血水の巡りも悪くなる



瘀血を改善するには気の巡りを良くする必要がある

女性の漢方医学的特徴

陰証 冷え症

基礎代謝が低下している低体温体質

虚証・気虚 易疲労感・全身倦怠感

体力がなく筋肉量の少ない疲れやすい体質

気鬱・気逆 落ち込みやいらいら

抑うつ不安 いらいら

瘀血・血虚

瘀血はうっ血状態 血虚は貧血血行障害

水滯 むくみやすい

浮腫、異常な体液の分泌貯留の状態

気滞（気鬱）

- 1.朝起きられない
- 2.気分が落ち込む
- 3.頭に何かのっけているように感じる
- 4.喉がつかえる
- 5.胸がつかえる
- 6.おなかが張る
- 7.あくびが多い
- 8.ガスが多い
- 9.残尿感がある
- 10.時間により症状が動く

気逆

- 1.冷えのぼせ
- 2.動悸がする
- 3.嘔吐
- 4.咳込んで顔が赤くなる
- 5.急に顔が熱くなる（赤くなる）
- 6.発作的に頭痛がする
- 7.急に腹痛におそわれる
- 8.手足に汗をかきやすい
- 9.焦燥感に襲われる
- 10.物事に驚きやすい

気虚

- 1.体がだるい
- 2.気力が出ない
- 3.食欲がない
- 4.疲れやすい
- 5.不安になる
- 6.食後眠くなる
- 7.日中眠くなる
- 8.風邪をひきやすい
- 9.声が小さい、力がない
- 10.胃下垂である

血虚

- 1.髪が細い、脱毛
- 2.色が青白い
- 3.皮膚がカサカサする
- 4.手が荒れる、あかぎれができる
- 5.爪が割れやすい、段差ができる
- 6.唇が乾燥する
- 7.かかとでストッキングがやぶれる
- 8.足がつりやすい
- 9.月経不順
- 10.集中力がない
- 11.眠れない
- 12.眼精疲労
- 13.手足の先がしびれる
- 14.眩暈感がある
- 15.ささくれができやすい
- 16.貧血がある

瘀血

- 1.月経困難症
- 2.過多月経
- 3.クマができやすい
- 4.肌がくすんでいる
- 5.顔色が悪い
- 6.サメ肌である
- 7.唇や歯肉の色が悪い
- 8.爪の色が悪い
- 9.掌が赤い
- 10.肩こりがある
- 11.臍の周りや下腹部を押すと痛む
- 12.便秘がちである
- 13.腰痛がある
- 14.痔がある
- 15.細絡がある

水滞（水毒）

- 1.朝の顔のむくみ、手のこわばり
- 2.夕方になると足がむくむ
- 3.体が重い
- 4.足が張った感じ
- 5.靴下の跡が残る
- 6.車酔いしやすい
- 7.眩暈立ちくらみがある
- 8.頭重感、拍動性の頭痛
- 9.吐き気
- 10.喉が渇く
- 11.唾液が多い
- 12.水っぽい鼻がある
- 13.下痢しやすい
- 14.水を飲むとおなかがぽちゃぽちゃする
- 15.お腹が鳴る
- 16.尿の出が悪い
- 17.尿の量が多い

先天の気（生まれた時に両親から
もらう元気：腎）

元気

後天の気（生まれてから補充する元気）

水穀の気（食事栄養：胃腸）

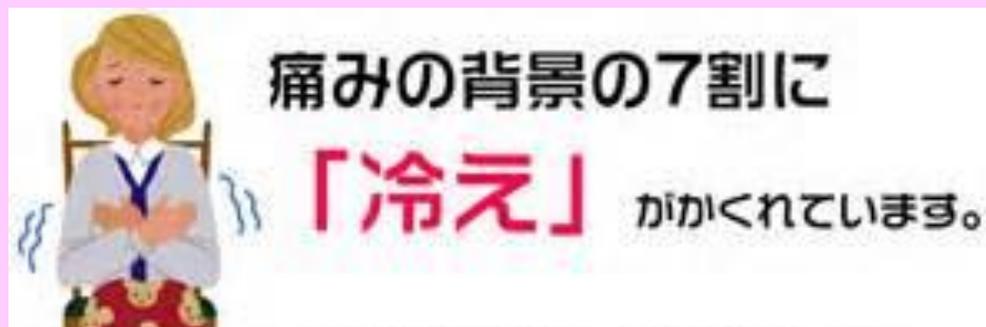
十宗気（空気：肺）

笑って良く食べる！良く遊び良く眠る

冷え症は日本の大問題



西洋医学だけでは無理！



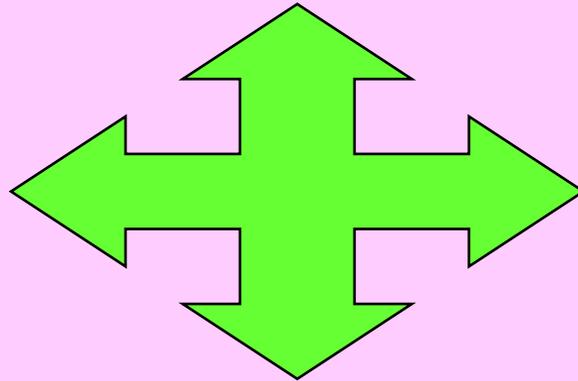
漢方薬の性質

補う

★ 温める

★ 潤す

乾かす



回す

冷やす

病名漢方投与⇒6割



漢方的診察・漢方的マインド
(随証治療) ⇒ 8~9割

西洋医学の難民！
＝不定愁訴

漢方治療

therapeutic medicine
adjuvant medicine

× a single site → multiple sites

冷え

冷えと漢方

西洋医学→冷え性

性質と考え経過観察。貧血、甲状腺疾患、心不全
膠原病（レイノー現象）、低血圧、副腎機能低下症
などの基礎疾患があれば治療。

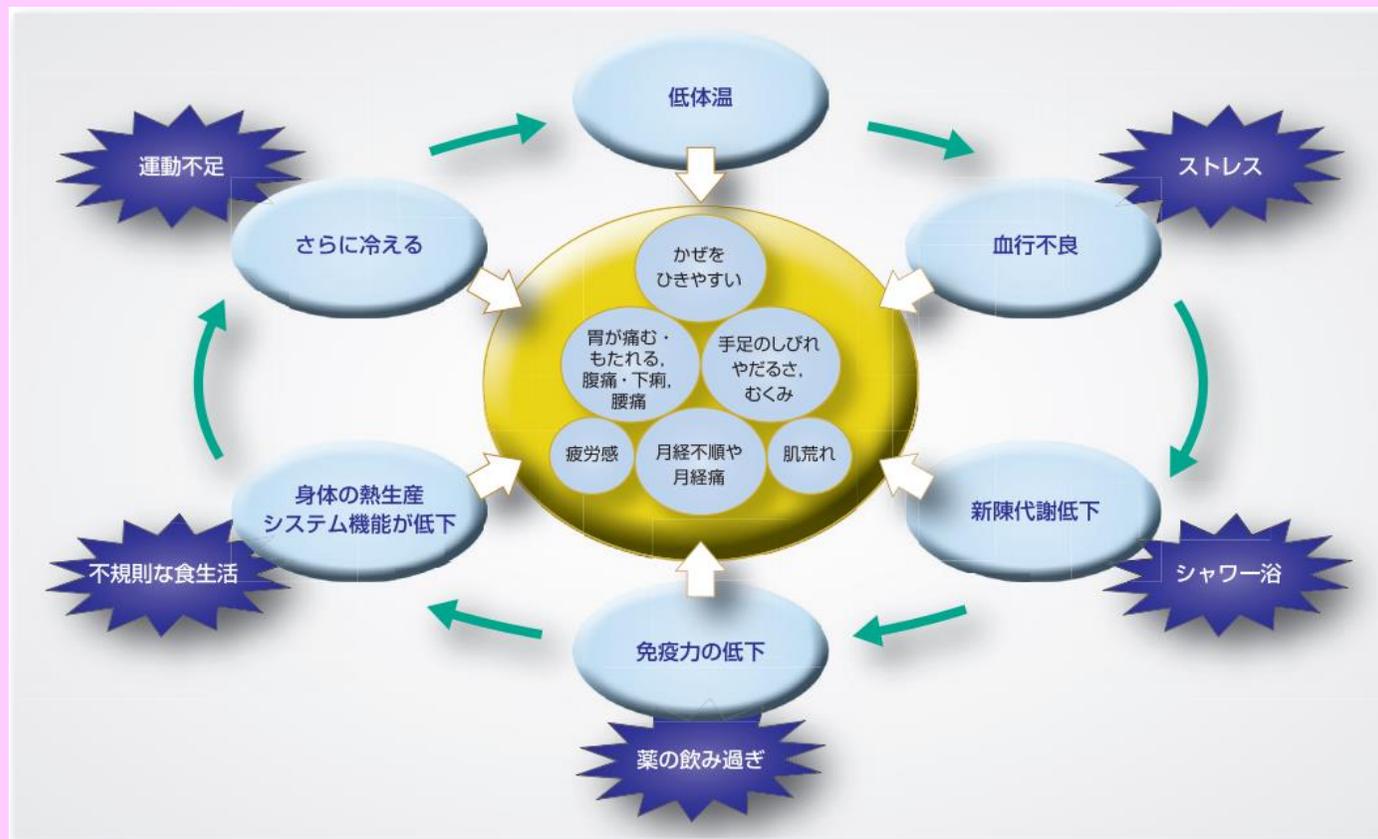
漢方→冷え症

それだけで治療に値する

冷え症の定義：

通常の人が苦痛を感じない程度の温度環境下において、全身あるいは体の一部に異常な冷えを感じやすい場合

冷えは万病の元！



不妊症・異常分娩の増加にも関係している

- ストレス→自律神経アンバランス→微小循環障害
- 運動不足→筋肉量低下と能動的熱生産量低下
- 過度の冷房→体表面からの冷却
- 冷たい飲食物→体内面から冷却
- 甘いものの過剰摂取→解糖系↑ミトコンドリア活性↓
→熱生産率低下＋糖化促進加齢促進

冷え症の分類



- 1) 全身型（代謝低下、低体温型、栄養不良）
- 2) 四肢末端型（末梢循環不全）
- 3) 上熱下寒型（気が上へのぼり下に回らない）
- 4) 体感異常型（心身症、神経症）
- 5) 症候型（特徴的な症状を認める）

「冷え」を改善する生薬

1) 温める生薬（大熱）

乾姜、附子、呉茱萸、山椒

2) 血を補給したりめぐらせたりする生薬

当帰、川芎、桃仁、牡丹皮

3) 気の補給したり、流れを良くしたりする生薬

人參、黄耆、桂枝、厚朴、蘇葉、柴胡

4) 水の流れを良くする生薬

茯苓、蒼朮、白朮、沢瀉、猪苓

婦人科3大漢方薬

当帰芍薬散

(芍薬、当帰、川芎、蒼(白)朮、沢瀉、茯苓)

血+水

桂枝茯苓丸

(芍薬、桂皮、桃仁、牡丹皮、茯苓)

血



加味逍遙散

(芍薬、当帰、牡丹皮、茯苓、蒼(白)朮、柴胡、山梔子、薄荷、甘草、生姜)

気+血+水



当帰芍薬散の構成

適応疾患：月経異常全般、不妊症、貧血、妊娠中の諸病
半身不随、心臓弁膜症
随伴症状：全身倦怠、四肢冷感、頭痛、むくみ



水+血

血を補い血を巡らす

芍薬、当帰、川芎

水を巡らす

蒼(白)朮、沢瀉、茯苓

むくんで冷え症、腹痛も

当帰芍薬散の診察所見

腹診：中等度より軟2-3 / 5

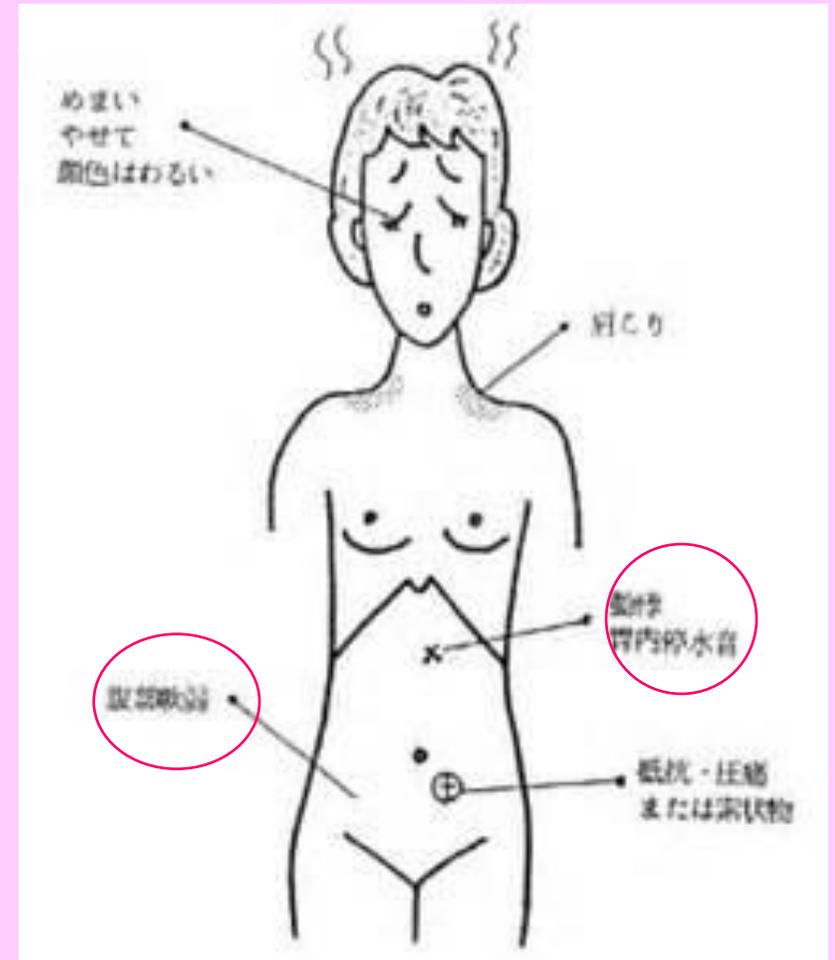
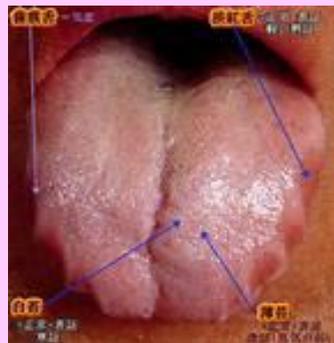
瘀血圧痛点+

時に胃部振水音+

舌診：舌質淡紅、胖大

舌苔白、時に齒痕

脈診：軟滑、あるいは細



高山宏世「漢方常用処方解説」より

症例（冷え症・月経痛）

25歳女性。身長162cm、体重48kg、10歳代後半から冷え症で、いつも手足が冷たいと訴えていた。最近では、カイロでも手足が暖かくならないため、夜間寒くて眠れないことが多くなってきた。朝は、顔、夜は手足がむくみ、胃腸の調子もあまり良くない。月経周期は順調だが、月経痛は強い。**当帰芍薬散**7.5g/日を投与したところ、投与1週間で手足の冷えは改善し始めた。投与1ヶ月後には、手足の冷えはかなり改善し、投与3ヶ月には月経困難症も改善、大変調子が良くなった。

症例（不妊症）

32歳女性。身長165cm、体重49kg。2年間の不妊のため来院。夏でもレッグウォーマ、腹巻が欠かせないほどの冷えを感じていた。手足が冷え、むくみもある。顔色がやや青白く、皮膚は白色で軟である。漢方医学的に脈がやや沈・細、腹力はやや低下し、左下腹部に圧痛（瘀血の所見）があり心下部に振水音を認める。**当帰芍薬散**7.5g/日を投与したところ、2週間でやや冷えやむくみは改善し4週間後にはほとんど消失した。2ヵ月後に妊娠。無事出産に至った。

症例（切迫早産）

32歳女性。身長165cm、体重49kg。妊娠26週腹緊増強にて来院。子宮口は閉じているものの子宮頸管長が33mmと短縮傾向あり、切迫早産と診断。手足腹部が冷え、足にむくみを軽度認めた。塩酸リトドリンを内服したところ動悸の副作用がひどく内服困難。当帰芍薬散7.5g/日を併用としたが、やはり動悸が改善せず、当帰芍薬散7.5g/日単独で投与したところ、2週間で冷えやむくみは改善し、腹緊消失。内服継続し、無事出産に至った。

漢方診療の特徴

1. 随証治療
2. 異病同治
3. 同病異治





漢方＝構成生薬

- 次の一手を考えられる
- 共通点や違いを考えられる

漢方薬の副作用

＜注意すべき代表生薬＞

甘草→偽性アルドステロン症

黄芩→間質性肺炎 肝機能障害

麻黄→胃腸障害 尿閉 虚血性心疾患増悪
ドーピングとなる

附子→舌のしびれ 動悸 いらつき

一番注意すべきはアレルギー

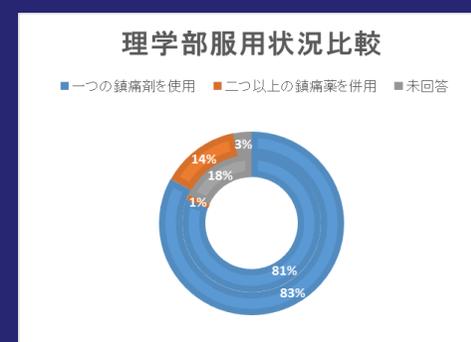
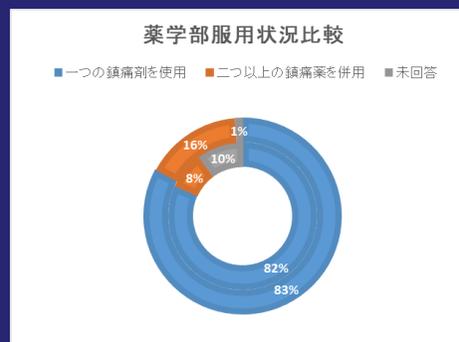
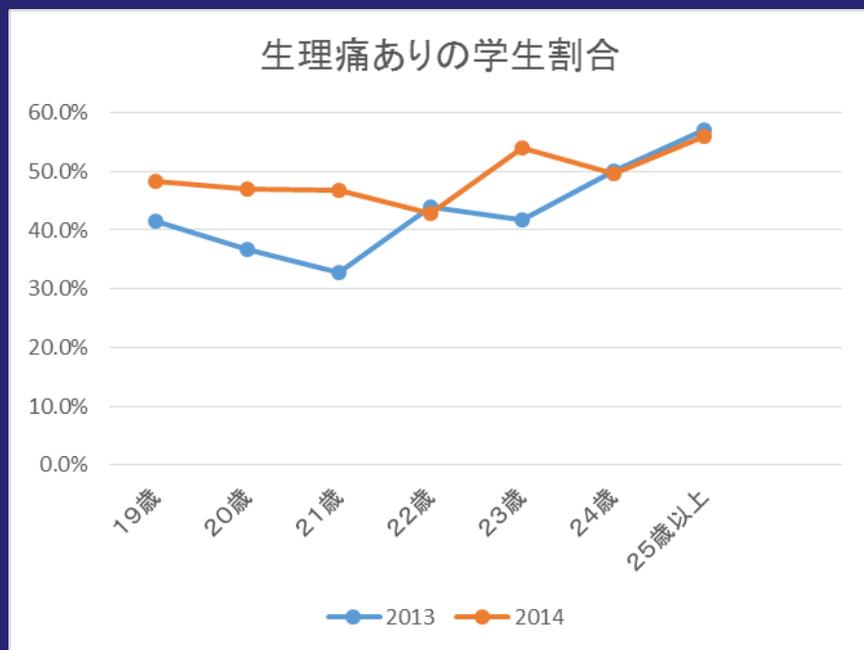
いたずらな長期投与は要注意

漢方薬にも副作用がある

女子学生の月経痛の実態調査

(東邦大学習志野キャンパス女子大学生1887人を対象)

東邦大学健康推進センター習志野学事部
健康管理室 高橋友子先生



外円は2014年
内円は2013年

2013年は1736名中702名 (40.4%) が2014年は1741名中827名 (47.5%) が月経痛があり、女子学生の半数が月経痛を認め鎮痛剤を服用。2種類以上の鎮痛剤の服用者は2013年で全回答者の5%2014年は15%と増加している。

摂取カロリー

終戦直後の平均1696kcal以下

20代女子2割がBMI18.5以下の「やせ」



食事に興味がわかない
他の国には見られない現象

厚生労働省国民健康・栄養調査より

和食がユネスコの無形文化遺産に！

＜和食の特徴＞

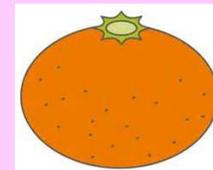
- 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- 栄養バランスに優れた健康的な食生活
- 自然の美しさや季節の移ろいの表現
- 正月などの年中行事との密接なかかわり



ご飯＋味噌汁＋おかず
組み合わせを基本とする文化

気血水が満たされる日常生活

起床すると窓を開け、背伸びして深呼吸をする（気）
朝食に冷奴に生姜（生姜）を添えて目玉焼き（鶏黄
卵）でご飯（粳米）を食べる。ハトムギ茶（薏苡仁）
シナモンティー（桂枝）で休憩。ハッカ飴（薄荷）み
かん（陳皮、枳実）草もち（艾葉）でおやつに。八橋
（桂皮）もいいかな。ヤマイモ（山藥）の短冊、サラ
ダにゴマ（胡麻）ドレッシング、サンショウ（山椒）と
小魚の佃煮で夕食とする。



思春期・成熟期・更年期(幸年期)・老年期(朗年期)どの時期にあっても女性の健康な笑顔は世の中を明るく照らす太陽です。

