

# 異病同治 ——四物湯の症例

三谷 和男 三谷ファミリークリニック・京都府立医科大学特任教授（漢方外来）

## 慢性疲労症候群

「おはようございます！」と、患者さんと向き合っていると、つい話に夢中になってしまう。それこそ、伝統医学的な診察をも忘れて、というのでは大げさであるが……。

38歳の男性、主訴は「いつも疲れている感じがとれないんです。何となく熱っぽいので困っています」とのこと。かぜの所見はあるかな、まずは「お脈拝見」。いつもと違ってちょっと力がないなあ……、これは急性期の病気とは違うな。

「最近、お仕事忙しくありませんか？」

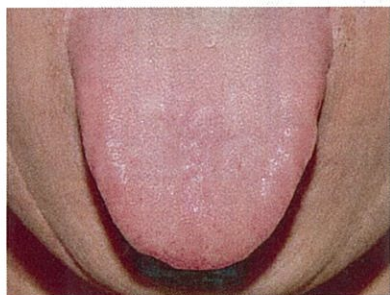
「ええ、残業が多くてね、帰りが遅くなっています」

「そうですか、ではベーッ。舌を出してくださいね」

舌質の色調は淡白紅色、薄黄白浄苔で辺縁には軽度の歯痕がある。舌尖に茸状乳頭を認めるが、感染症でよく見られる赤みはない（写真1）。

淡白紅色というのは、一般的には「特にこれといった所見のない」舌とされがちだが、ちょっと待つてほ

写真1



しい。患者さんは、器質的な問題の有無にかかわらず身体の不調を訴えている。『扁鵲倉公伝』にもあるように「病

内にあれば、応表に現る」を考えたい。何らかの手がかりが得られるに違いない、という眼で舌を診てほしい。この色調から、津液（体液）の絶対量の不足を考えたい。慢性的な睡眠不足からくるものであろう。漢方医学では血虚という概念があり、貧血と解説されているようであるが、いわゆる鉄欠乏性の貧血とは違う。血液検査の結果でも、貧血の所見はなく、CRPも0.2以下であった。

さて、四物湯の出典は『太平惠民和劑局方』とされる。巻之九「治婦人諸疾 附 産図」には「四物湯、榮衛を調益し、気血を滋養し、衛任虚損し、月水調わず、臍腹疼痛、崩中漏下、血瘦塊硬く、疼痛を發し、歌し、妊娠冷を宿し、將に理宜しきを失し、胎動して安からず、血下りて止まざらん、及び産後虚に乘じ、風寒内に搏ち、悪露下らず、結して癥聚を生じ、小腹堅痛し、時に寒熱を作すを治す」とある。転じて、現代医学的病名としては貧血に適應症がある。本条文は婦人の諸問題を扱った記述であるが、ポイントは「衛任虚損し、月水調わず」である。夜間の休息不足が「表」に現れており、その結果「何となくしんどい、だるい」という症候を呈しているわけである。迷わず、四物湯を選択する。

## 不眠症、実は時差ボケ様症候群

42歳の女性の方が来られた。

「先生、最近なかなか夜が眠れなくて困っています。昼間も何となく眠いです」

「それはお困りですね」

「はい、近くの先生のところでお薬（眠剤・安定剤）ももらっているのですが、昼間に余計眠くなってしまっただけで、やっぱり夜は眠れません。漢方薬でいいお薬があると聞いたのですが……。お願いできますか」

こういった訴えの方も私のクリニックを受診される。最近、睡眠外来を特別に設けている（多くは精神神経科の医師が担当）医療機関もあり、「睡眠」の研究は数年前と比較して格段に進んでいる。しかし、内科医は精神神経科の先生のような薬の使い方はできないし、ベンゾジアゼピン系の薬剤の長期投与には依存性の問題などがあり、私は抵抗がある。「先生、よく眠れました。ありがとうございます」への道は、眠剤や安定剤ではなく、漢方治療の基本である生活習慣の見直しからスタートすべきと考えている。

「昨夜は、何時頃に休まれましたか」

「いえ、先生。まったく休めていません。布団には入っていましたが……」

問い方を間違えたなと思いつつ、

「では、お部屋の電気を消されたのは何時頃ですか」

「電気ですか……。そうですね、なかなか眠くならないので1時頃でしょうか。でもそこから全く眠れないんです」

うむ、これもまず夜間の休息不足による諸症状だろうな、と診察を始める。

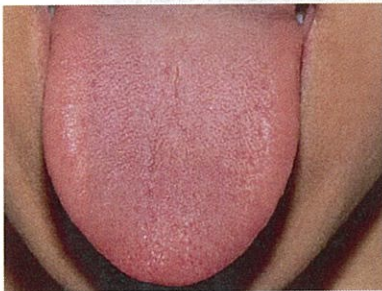
「はい、脈を診しましょう」

なるほど、沈んでいるし少し力を入れるとスーッと消えていく。

「はい、べーと舌を出してください」

色調は淡白紅色、薄い白浄苔で、やや腫大傾向にある。陰虚・血虚と診断できる（写真2）。

写真2



「はい、ではお腹の診察をしますので、こちらのベッドに仰向けになってください。膝は伸ばしてくださいね」

腹力は軟、腹直筋の辺縁の緊張は軽く認める。比較的素直な所見だ。

「はい、こちらにどうぞ」と、再び椅子に座ってもらう。

「いま、何人で生活されていますか」

「はい、5人です。夫と子ども2人、中学生です。それと……夫の母です」

「同居されているのですか」

「はい」

「それはえらいですね」

「ええ、とても気づまりなので、働きに出ています……」と話は続く。そこで、

「〇〇さん、概日リズム（Circadian rhythm サーカディアンリズム）ってご存じですか」

「ええ、どこかで聞いたような気がしますが……」

「概日リズムはね、動物の睡眠や食事のリズムを決定する点において大変重要なんです。生命活動、例えば脳波やホルモン分泌には、はっきりとした概日リズムが存在しています。旅行などで起きる時差ボケには「強い光が有効」であることはよく知られていますが、知らず知らずのうちに消灯時間が遅くなっている現代人は、同様のメカニズムで概日リズムが乱れています」

ここから、榮気と衛気の話に入り、早寝のすすめに至る。

「私のクリニックの名前にファミリーがついていますが、なぜかわかりますか」

「さあ？ 一家全員をみます、という意味でしょうか」

「もちろん、それもあります。いいですか、漢方には『一に養生、二に看病、三四がなくて、五にクスリ』という原則があります。今、私は早く寝ましょう、とお話ししましたが、〇〇さんのお顔には、そんな無理！と書いてありますね（笑）。ここからが、看病のちからです。ご家族の協力を積極的に得て、よりよいリズムを作っていこうというのが、ファミリークリニックの真意なんです」

「なるほど、わかりました。今度、夫と子どもを連れてきます。先生、よろしく願います」

この方にも四物湯を処方した。何回かの診察の後、ご家族を同伴、ゆっくりお話しをさせていただいた。

「71番（四物湯）は魔法のお薬ですね。よく眠れるようになりました」

「でしょう！ よかったですね」

## 高血圧症

今年の4月に京都で開催された内科学会総会に演題を出した。昨年も出したのだが、東日本大震災の影響で開催が中止となったので、発表は久しぶりだ。内容は、高血圧症の方に西洋薬（Ca拮抗剤、もしくはARB）を処方して目標に届かなかった方に、四物湯を追加してお出して成果のあった症例の報告である。76.7%の高い有効率にいろいろとご質問をいただいた。

「先生は、漢方の先生だから、四物湯を出された症例は無作為ではなく、何らかの基準で選ばれたのではないですか」

「実証の方にも四物湯は有効ですか」

なかなか鋭いところを突いてこられる。確かに、私は無作為に四物湯を出すことはない。やはり証に随って之を治す、という原則は遵守している。四物湯が出せると判断した方々におけるデータであるが、実は私にとっても驚くほどの成果であった。ここでは、四物湯のみで血圧がコントロールできた症例を提示する。

41歳の女性の方が沈んだ表情で入って来られた。

「はじめまして。おはようございます。今日はどうされましたか」

「はい、私の同僚が、先日くも膜下出血で亡くなりました。彼女は、お医者さんからも血圧が高いことを指摘され続けていたんですが、仕事が忙しく、薬も飲んだり飲まなかったりだったんです。そうするうちに、ある日ロッカーで倒れているところを発見されて……。子どもさんも小さいのに……。私も上が170、下が100くらいですから、怖くなって来ました（涙）」

このように、親しい方のご病気などで強く衝撃を受けられている場合は、肝気の昂ぶりと考えることが多い。当然舌所見は紅舌傾向にあると予測して、

「はい、舌を出してみてくださいね。ペーッ」

やや舌尖は潮紅であるが、一般的に紅舌ではない(写真3)。どちらかと言えば、淡白紅色で、一様に白苔が覆っている。

「お仕事はお忙しいですか」

「はい、どうしても家に着くのが9時から10時頃になっています。残業というよりも、仕事関連の会議が多いですね」

「そうですね。それから、食事、入浴となるわけですね」  
「はい。ですからどうしても1時頃に床につきます。寝つきは悪くないので、すぐに眠れますが、やっぱり疲れていますね」

「こういったスケジュールでの生活は長いですか？」  
「そうですね……。最近人が少なくなって、今まで6人でやっていた仕事を4人でしなくてはならなくなってからですね。もう2～3年にはなります。先生、私、西洋薬は嫌なんです」

「どうしてですか」  
「無理矢理に身体をねじ伏せるという印象があって……」  
「いえいえ、最近の西洋薬、特に血圧を下げるお薬は、とても安全に作用するように工夫されていますから、そんなに嫌わなくてもいいと思いますが」

「いえ、何とか漢方でお願いします」  
こういった方はとても多い。漢方を看板にしていると、「西洋薬＝悪」みたいな考え方の方が来られることも多い。まずは、まともに治療を受けるという考え方を育みながらの漢方治療である。いつものように、夜間の休息（もちろんできる範囲で、であるが）のお話と、四物湯がこういった症候に役立つかを説明して服用していただくことになった。3カ月後には、上が130前後、下は80を切るようになり、笑顔で通院されている。それにしても会議のときは夕食作りはご主人に任せ、帰宅後すぐに入浴、そして就寝というリズムをよく短期間に作り上げられたものだなあと、ご本人の自覚とご家族の協力に感謝している。

\*

今回は、異病同治ということで、3症例を取り上げた。これからも、夜間の休息（陰の時間は陰に相応しく）の生体への意味を考えていきたい。

写真3

