



特定非営利活動法人
エイチ・エー・ビー研究機構

〒113-0032 東京都文京区弥生2-4-16
学会センタービル
TEL/FAX: 03-3815-1909
理事長 雨宮 浩

HAB研究機構 叢書 Vol.5

漢方薬の効能と正しい使い方

Proceedings

座長: 岡 希太郎(東京薬科大学薬学部)・安原 一(昭和大学医学部)

「漢方診断と治療の実際」
喜多 敏明(千葉大学環境健康フィールド科学センター)

「自然が生む健康 -植物の不思議な力-」
池上 文雄(千葉大学環境健康フィールド科学センター)

「漢方薬のお話」
油田 正樹(株式会社ツムラ)

第5回HAB研究機構市民公開シンポジウム

日時: 2005年2月19日(土)

会場: 共立薬科大学 芝校舎2号館 4階大講義室

Non Profit Organization
Human & Animal Bridging Research Organization



特定非営利活動法人
エイチ・エー・ビー研究機構

〒113-0032 東京都文京区弥生2-4-16
学会センタービル
TEL/FAX: 03-3815-1909
理事長 雨宮 浩

HAB研究機構 叢書 Vol.5

漢方薬の効能と正しい使い方

Proceedings

座長:岡 希太郎(東京薬科大学薬学部)・安原 一(昭和大学医学部)

- 「漢方診断と治療の実際」
喜多 敏明 (千葉大学環境健康フィールド科学センター)
「自然が生む健康 一植物の不思議な力ー」
池上 文雄 (千葉大学環境健康フィールド科学センター)
「漢方薬のお話」
油田 正樹 (株式会社ツムラ)

第5回HAB研究機構市民公開シンポジウム
日時: 2005年2月19日(土)
会場: 共立薬科大学 芝校舎2号館 4階大講義室

Non Profit Organization
Human & Animal Bridging Research Organization

目 次

第5回HAB研究機構市民公開シンポジウム 漢方薬の効能と正しい使い方

座長：岡 希太郎（東京薬科大学薬学部）

安原 一（昭和大学医学部）

日時：2005年2月19日（土）

会場：共立薬科大学 芝校舎2号館 4階大講義室

目 次

第5回 HAB研究機構市民公開シンポジウム

漢方薬の効能と正しい使い方

● プロシーディングス発刊にあたって	1
HAB研究機構事務局	
● 漢方診断と治療の実際	3
喜多 敏明（千葉大学環境健康フィールド科学センター）	
● 自然が生む健康 ～植物の不思議な力～	23
池上 文雄（千葉大学環境健康フィールド科学センター）	
● 漢方薬のお話	41
油田 正樹（株式会社ツムラ 研究所）	
● 総合討論	57
● シンポジウムのまとめ	61
岡 希太郎（東京薬科大学 薬学部）	

第5回HAB研究機構市民公開シンポジウム 漢方薬の効能と正しい使い方

プロシーディングス発刊にあたって

2005年2月19日に第5回エイチ・エー・ビー（HAB）研究機構市民公開シンポジウムが、共立薬科大学芝校舎2号館4階・大講義室にて開催されました。

現代の私たちの医療は、西洋医学中心となっていますが、市民の皆様は日常さまざまな理由から漢方薬に興味をお持ちの方も多いことと思います。その理由は、「病院で処方される薬は、長期間飲み続けると副作用ができるが、漢方薬は長期間飲み続けても安全である」とか「漢方薬は西洋医学では治療できない難病にも効果がある」というような、「漢方薬」についての神話のようなものがあるかもしれません。また、現実問題として、「町の漢方薬局で十分な処方は受けられるのか」「漢方薬は高い、保険適用にならないのか」「医者の診察をしてもらい、西洋薬であれ、漢方薬であれ病気に一番あった薬を処方して欲しい」など、漢方に対してのさまざまな疑問や要望もあるかと思います。このような市民の皆様の疑問や要望にお答えするために、「漢方薬の効能と正しい使い方」と題しまして本シンポジウムを開催いたしました。



第5回HAB研究機構市民公開シンポジウム 「漢方薬の効能と正しい使い方」 プロシーディングス発刊にあたって

西洋医学において、医者は「種々の検査」や「問診」から患者さんを診断して、病気の原因をつきとめ、病原菌が発見されれば、菌を殺すクスリを処方したり、炎症や熱を抑え、体力を回復させるといった治療をします。一方、漢方の場合は、患者さんの「証」を診て、自然治癒力を高める治療をします。

今回のシンポジウムでは、

- 現代社会における漢方薬は、西洋医学に対する補完的な役割としての存在意義があること。
- 漢方薬は、体全体のバランスを良くすることで、人間が本来持っている自然治癒力を活性化すること。
- 漢方薬は、調子は悪いがまだ病気ではない半健康状態（未病）を改善すること。
- 薬膳は、特別な食材を使った物ではなく、旬の野菜や日本の伝統的な食品であること。
- 製薬会社は、漢方薬の一定の品質を保つために非常な努力を払っていること。

をはじめ、その他、たくさんのこととを実際に治療に当たる医療機関側から千葉大学環境健康フィールド科学センターの喜多敏明先生および池上文雄先生、また製薬企業からは株式会社ツムラの油田正樹先生から分かりやすく講演していただきました。本叢書は、先生方のご協力を得て、講演内容をまとめました。皆様の御手元に末永く置いて、ご活用いただけることをいただけることをスタッフ一同、心より希望いたしております。

叢書の目的

HAB研究機構では市民公開シンポジウムを開催して、一般の方に身近な病気を取り上げて、実際に治療や予防に当たっている医師や薬剤師、そして製薬企業で治療薬の開発を行っている研究者からご講演をいただいております。市民公開シンポジウムと本叢書を通じて、医療や医薬品開発研究の現状をご理解いただければ幸いです。

そして、今日までにさまざまな薬が創り出されてきましたが、癌や糖尿病、認知症など、特効薬の創製が待たれる難病も数多くあります。従来の医薬品の開発方法では特効薬が作れなかった病気が、難病として残ったとも言えます。新しい医薬品の創製に、ヒトの組織や細胞がいかに貴重であり不可欠であるかをご理解していただきまして、市民レベルで協力していくことの必要性を考えていただければ幸いです。

漢方診断と治療の実際

喜多 敏明(千葉大学環境健康フィールド科学センター)

第5回HAB研究機構市民公開シンポジウム
平成17年2月19日 於: 東京

漢方診断と治療の実際

千葉大学 環境健康フィールド科学センター
喜多 敏明

皆さんの中で、漢方薬を今まで飲んだことがあるという方はどれくらいいらっしゃるでしょうか。ちょっと手を上げて頂けますか？これはすごいですね。ほとんどの方が漢方薬を飲まれたことがあるということですね。ありがとうございました。ですから非常に身近なものとして皆さん漢方薬というものを感じておられるということだと思います。では自分たちが身近に感じている漢方薬というものがどういう考え方で診断したり治療したりされているのか、特に医療の中でどのように使われているのかという実際の部分をお話させて頂きたいと思います。

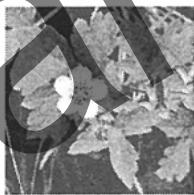
日本の3大民間薬



ドクダミ
(毒溜)
解毒薬・緩下薬



センブリ
(千振)
苦味健胃薬



ゲンノショウコ
(現の証拠)
下痢止め

漢方薬とはどういうものなのかという話をすると、私は必ず民間薬との違いについて最初にお話します。日本には江戸時代より前から、自生している植物をいろいろな病気に治療のために利用してきたという民間薬の歴史があります。日本の三大民間薬というのは、これは皆さん馴染みが深いものばかりであります。例えばドクダミですね。ドクダミという字は毒を溜めると書きます。ドクダミには、特有の少しくさい匂いがありますが、そういう匂いからこれは毒がある、毒を溜めているのだと考えられたわけです。そういう毒を溜める働きがある薬だから、それを人に投与すると体の中の毒を取り去ってくれるだろうと昔の人は考えて、このドクダミを解毒薬として使ってきました。それから緩下薬としても使われます。便秘に対する下剤の働きもあるということですね。この二つがドクダミの代表的な働きです。センブリというのも聞いたことあると思います。センブリは漢字で千に振ると書きます。振るということはどういうことかといいますとお湯の中でこのセンブリを振るわけですね。そうすると苦味がお湯に移ります。センブリというのはすごく苦い。千回振ってもまだ苦味が残っているぐらい苦いから「千振」という名前がついたんですね。この苦味が胃を健やかにするので、苦味健胃薬と言われています。昔から「良薬は口に苦し」という言葉がありますが、苦い味が胃の働きを健やかにするというのがセンブリの働きです。三番目にゲンノショウコ、これも聞いたことがあります

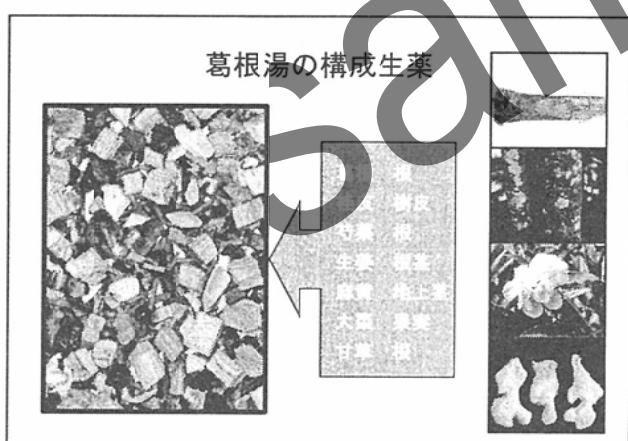
が、そういう匂いからこれは毒がある、毒を溜めているのだと考えられたわけです。そういう毒を溜める働きがある薬だから、それを人に投与すると体の中の毒を取り去ってくれるだろうと昔の人は考えて、このドクダミを解毒薬として使ってきました。それから緩下薬としても使われます。便秘に対する下剤の働きもあるということですね。この二つがドクダミの代表的な働きです。センブリというのも聞いたことあると思います。センブリは漢字で千に振ると書きます。振るということはどういうことかといいますとお湯の中でこのセンブリを振るわけですね。そうすると苦味がお湯に移ります。センブリというのはすごく苦い。千回振ってもまだ苦味が残っているぐらい苦いから「千振」という名前がついたんですね。この苦味が胃を健やかにするので、苦味健胃薬と言われています。昔から「良薬は口に苦し」という言葉がありますが、苦い味が胃の働きを健やかにするというのがセンブリの働きです。三番目にゲンノショウコ、これも聞いたことがあります

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム「漢方薬の効能と正しい使い方」
漢方診断と治療の実際

ると思います。下痢の時には特効薬です。例えば自分が下痢した時にゲンノショウコが本当に下痢に効くのかどうかを証明したいとします。そういう時には、実際に飲んでみたらぴたりとその場で下痢が収まるのですぐに証明することができますよ。それぐらいよく効きますよということで「現の証拠」という名前がついたんですね。

民間薬と漢方薬の比較		
	民間薬	漢方薬
例	ドクダミ・センブリ	葛根湯・八味地黄丸
処方の内容	1種類の生薬を単品で用いることが多い	複数の生薬を一定の比率で組み合わせる
処方の目的		
処方の種類		

りますが、葛根湯の中には後でお話しますが7種類の生薬が入っています。八味地黄丸というのは8種類入っているから八味地黄丸という名前がついています。このように複数の生薬を一定の比率で組み合わせるのが漢方薬の1つの特徴です。この特徴について、葛根湯を例にしてもう少し詳しくお話したいと思います。



葛根湯といえば風邪の漢方薬として代表的な薬ですので、みなさん名前は聞いたことがあると思いますが、スライドに示したように7種類の生薬を組み合わせて作られた処方です。一番右上に写真がありますが、葛(クズ)の根っここの部分を葛根(カッコン)といいます。葛というのは葛餅とか葛湯に使われていて、身近にある植物ですね。それから2番目にありますのが桂皮(ケイヒ)。桂(ケイ)という樹木の皮の部分ですね。桂皮というと馴染みがないかも知れませんがニッキあるいはシナモン、これが実は桂皮ですね。それから次は芍薬(シャクヤク)。写真にある芍薬の花は皆さんご存知だと思いますが、この根の部分が生薬として使われます。それから一番下の写真が生姜(ショウキョウ)。これは食用のショウガと同じものですが、漢方薬としても使われます。葛根湯の中にはそれ以外に麻黄(マオウ)、大棗(タイソウ)、甘草(カンゾウ)という生薬が入っていて、全部で7種類の生薬を混ぜ合わせて、煎じ薬にしたりあるいはそれをエキス製剤にしたりして使います。葛根湯だから葛根だけでできているかというとそうではなくて葛根以外にもいろいろな生薬が入っている。それぞれが組み合わさって1つの処方になっているということなんですね。

ドクダミ、センブリ、ゲンノショウコのような植物は、民間薬であって漢方薬ではありません。民間薬は処方の内容としては1種類の生薬を単品で用いることが多いですね。ドクダミだったらドクダミだけ、センブリだったらセンブリだけ、ゲンノショウコだったらゲンノショウコだけを単品で使います。それに対して漢方薬の場合には、1種類の生薬だけで用いることはほとんどありません。たとえば、葛根湯とか八味地黄丸という漢方薬があ

葛根湯といえば風邪の漢方薬として代表的な薬ですので、みなさん名前は聞いたことがあると思いますが、スライドに示したように7種類の生薬を組み合わせて作られた処方です。一番右上に写真がありますが、葛(クズ)の根っここの部分を葛根(カッコン)といいます。葛というのは葛餅とか葛湯に使われていて、身近にある植物ですね。それから2番目にありますのが桂皮(ケイヒ)。桂(ケイ)という樹木の皮の部分ですね。桂皮といふ

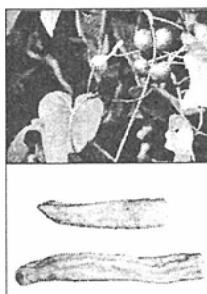
第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム 「漢方薬の効能と正しい使い方」
漢方診断と治療の実際

意外と身近にある漢方生薬

生薬名	よみかた	薬用植物名	供薬部分
葛根	かっこん	クズ	根
桂皮	けいひ	ケイ	樹皮
芍薬	しゃくやく	シャクヤク	根
生姜	しょうきょう	ショウガ	根茎
山薬	さんやく	ヤマノイモ	根茎
蘇葉	そよう	シソ	葉

漢方薬に使われる生薬は、意外と身近にあるんだなということがお解り頂けたと思います。既にお話したように、葛根（カッコン）は葛の根っこ、桂皮（ケイヒ）はニッキ、シナモンですね。芍薬（シャクヤク）は、綺麗な花が咲く芍薬です。生姜（ショウキョウ）というのはショウガのことです。それ以外に赤い文字で書いてありますが、山薬（サンヤク）や蘇葉（ソヨウ）という生薬も非常に身近な生薬です。

山 薬



山薬の材料

ヤマノイモ科のヤマノイモ（自然薯）あるいはナガイモの根茎

山薬の臨床応用

- 1) 虚弱体質を補い、精をつけ、胃腸の調子を良くし、暑さ寒さにも耐えて、長寿を保つことができる
- 2) 滋養強壮薬として、胃腸虚弱、食欲不振、身体疲労などに応用
八味地黄丸の構成生薬

山薬（サンヤク）というのは、ヤマノイモ科のヤマノイモ。これは、自生しているものを自然薯といいます。栽培しているものがナガイモですね。その根茎を使います。

山薬の臨床応用のところを見て頂きますと虚弱体質を補う、精をつける、胃腸の調子を良くする、暑さ寒さに耐えて長寿を保つことができる、そういう効能が山薬にはあります。ですから滋養強壮薬として、胃腸虚弱、食欲不振、身体疲労などに応用されています。

これは、後にもお話が出てきます八味地黄丸の構成生薬なんですね。ですから、八味地黄丸というのは、この山薬の働きによって、滋養強壮作用がある、元気をつける、そういう働きを持っていることがわかります。

蘇 葉



蘇葉の材料

シソ科のシソまたはチリメンジソの葉
蘇葉の臨床応用

- 1) 香気が爽快で、精神不安を散する
- 2) 発汗、解熱、鎮咳、去痰薬
- 3) 消化促進、食欲増進の目的で胃腸疾患に応用する
- 4) 魚肉などの中毒に対する解毒作用
や抗アレルギー作用もある
半夏厚朴湯の構成生薬

蘇葉（ソヨウ）は、紫蘇の葉っぱですね。シソ科のシソまたはチリメンジソの葉で、アカジソを使います。

今日は、お昼にお弁当を頂いたんですが、お刺身が出てきました。お刺身にはシソの葉っぱがついていました。これは、実はですね、臨床応用の3番に書いてありますけども、シソというのは魚の中毒に対する解毒作用があるということを昔から知っていたんですね。ですから、お刺身は生ものですから、それが腐らないように、あるいは生魚を食べてそれがあたらないように、シソと一緒に食べるとそれを解毒する働きを持っている。実際にシソの葉っぱと一緒に刺身をおいて置くと長時間腐らな

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム「漢方薬の効能と正しい使い方」 漢方診断と治療の実際

くてすむ、バイ菌の繁殖を抑える作用があるということが分かっております。蘇葉の臨床応用の1番にありますが、シソの葉っぱは香りが非常に良いですね。香りが非常に良くて、これが精神不安を散する作用がある。香りがアロマテラピーのような形で不安をなくすのですね。それから、発汗、解熱、鎮咳、去痰薬として、風邪の漢方処方にもシソの葉っぱが入っているものがあるんです。それから、消化促進、食欲増進の目的で胃腸疾患に使われる。いろいろな病気に使われているんですね。ここで覚えておいて頂きたいのは、シソの葉っぱというのは、精神的にも作用するし、身体の方にも作用するということです。心の不安を取り除く作用もあれば、身体的な呼吸器の病気や、消化器の病気を良くする作用もある。両方の作用を持っているというのがシソの葉っぱの特徴です。また、抗アレルギー作用というのが臨床応用の3番に書いてあります。花粉症がこれから流行ってくる季節ですけども、シソの葉っぱには抗アレルギー作用があるので、花粉症にも良い作用があるということが最近言われています。この蘇葉は、半夏厚朴湯という後で出てくる処方の構成生薬になっておりますので、覚えていておいて頂きたいと思います。

民間薬と漢方薬の比較		
	民間薬	漢方薬
例	ドクダミ・センブリ	葛根湯・八味地黄丸
処方の内容	1種類の生薬を単品で用いることが多い	複数の生薬を一定の比率で組み合わせる
処方の目的	健康維持や治療の補助	病気治療や未病回復
処方の種類	同じ病気や症状に対しては、だれに対しても同じ民間薬を用いる ○○には△△が効く	同じ病気や症状に対してでも、患者の体質の違いに応じて、さまざまな漢方薬を処方する

漢方薬が民間薬と異なるポイントとして、処方の内容についてお話ししてきましたが、次に処方の目的と処方の種類について説明したいと思います。

処方の目的として、民間薬というのは、健康を維持するとか治療の補助のために使われますが、漢方薬、特に医療用の漢方製剤というのは、病気の治療に使われています。我々が医者として漢方薬を処方する時には、患者さんの病気を治すために使っているんです。

それからもう1つ大きな特徴として、「未病」の回復のために使います。未病というのは、東洋医学独自の考え方ですが、「未だ病気にあらず」ということで病気ではありません。では健康なのかというと、健康でもない。昔、「半健康」とか「半病人」という言葉がよく使われましたけども、そういう状態です。自分では、何となく調子が悪くて、どことなく体の調子が悪いなと思っているんだけども、病院に行って検査してもらっても全く異常が無い。別にどこも悪くないですよと言われるような状態が未病です。それが東洋医学の伝統的な未病の考え方です。もう1つの未病の場合、自分では何とも無くて、別に病気じゃないと思っている。しかし、一年に一回の健康診断を受けてみたら、ちょっとコレステロールが高いとか、あるいは、少し糖が高いとか、血圧がちょっと高めですとか指摘されるのだけど、自覚症状は全然無い。まだ、そんな病気といえるほどの状態ではない。これも未病の1つとして考えていこうではないかというのが、今の未病に対する考え方です。ですから未病というのは、2種類あって、自覚的には調子が悪いんだけども検査で異常がどこにも見つからない場合と、自分では何とも無いのだけども、検査をするとちょっとだけ異常が見つかる、こういう状態を西洋医学ではあまり積極的に治療しませんが、未病の段階から積極的に治療していくというのが漢方薬の処方の目的になっています。

次に処方の種類ですが、民間薬の場合、同じ病気や症状に対しては、基本的に同じ民間薬を用い

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム「漢方薬の効能と正しい使い方」 漢方診断と治療の実際

ます。ですから、「〇〇には△△が効く」というようなフレーズで言うことができます。便秘だったらドクダミがあります。胃が悪いときには、センブリがいいですよ。あるいは下痢にはゲンノショウコが効くと言うことができるんですね。ところが、漢方の場合は、なかなか一言では言えない、そういうところが漢方の難しいところでもあります。良さもあります。同じ病気や症状に対しても患者さんの体質の違いに応じて、様々な漢方薬を処方します。ですから、たとえば風邪には何々がいいというフレーズでは言えないんですね。「風邪に効く漢方薬って何ですか?」と聞かれると、それは葛根湯もあるし、桂枝湯もあるし、他にもあるというふうに、いろいろな処方があって、一人一人の患者さんの体質に応じて使い分けることになります。これが、実は民間薬と漢方薬の1番大きな違いです。そして漢方薬は、患者さんの体質に応じて様々な処方を使い分ける診断と治療の関係がしっかりしているというのが、漢方医学の特徴なんですね。漢方薬というのは、そういう漢方医学の診断治療体系にのっとってきちんと使わなければいけないというところに1番大きなポイントがあります。ですから、今日はこの漢方の診断と治療の実際について詳しくお話していきたいと思います。

実証タイプと虚証タイプの違い

実証タイプの特徴	虚証タイプの特徴
元気がある、体力がある	元気がない、体力がない
がっしりした体格である	きやしゃな体格である
声が太く大きい	声が細く小さい
眼に力があり生き生きしている	眼に力がなくうつろな感じ
動作がしっかりしている	動作がしっかりしない
便秘しやすい	下痢しやすい
脈の力が強い・腹力が充実	脈の力が弱い・腹力が軟弱
感冒の初期に自然発汗傾向なし	感冒の初期に自然発汗傾向あり

同じ病気でもタイプが違えば、違う処方を使うのが漢方の特徴です。このタイプの違いのことを漢方では「証」というふうによんでいますが、そのタイプの見分け方、証の診断には、いろいろな手法があります。その1つの見分け方として、実と虚というタイプ分類があります。実証と虚証というタイプ分けです。実証タイプの特徴と虚証タイプの特徴をスライドに示しております。これを見て頂ければ確かに同じ病気でもタイプが違うんだな

ということがよく分かると思います。それでは、実証タイプの特徴を上から順番に読んでみます。元気がある。体力がある。がっしりした体格である。声が太く大きい。眼に力があり生き生きしている。動作がしっかりしている。ここまで読むと健康優良児みたいに書いてありますけども、病気になっているのにこんなに元気があるということではなくて、普段の状態がそういう状態だということです。それから虚証タイプを上から見ていきますと、元気がない。体力がない。きやしゃな体格である。声が細く小さい。眼に力がなくうつろな感じ。動作がしっかりしない。これも普段からそういうタイプなんですね。これが普段の体質の違いですね。虚弱体質という言葉がありますが、病気になる前から虚弱な人と元気溌剌な人との差がある。ここまではもともと持っている体質の違いですけども、その他に病気になった時にいろいろな症状が出てきます。その症状として、便秘気味の症状がでてくるとか下痢気味の症状がでるとか、あるいは病気になった時に脈をみてみたら、実証の場合は脈の力が強いですね。お腹の力も充実している。虚証の場合には、脈の力をみると弱くなっている。お腹もちょっと軟弱になっている。ですから、虚証タイプなのか実証タイプなのかという診断をする時に、我々は患者さんを診察してどちらのタイプなのかを見分けようとなります。そのために話を聞いたり、脈やお腹を診たりしてその患者さんのタイプを

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム「漢方薬の効能と正しい使い方」 漢方診断と治療の実際

見分けています。例えば風邪の場合、風邪の引き始めの時に自然に汗が出てきちゃうタイプの人があります。寒気がして、ちょっと熱が上がってくるとジトジトといやな汗が出てきてしまう。こういうタイプは虚証の風邪の引き始めなんです。実証タイプは、自然発汗の傾向なしと書いてありますが、寒気がして、熱が上がってくる時には、あまり汗は出ないんですね。これが、実証タイプです。

○○湯が効く△△タイプの風邪

20歳、男子学生。今朝から少し頭が重かったが、夕方4時頃から頭痛が強まり、熱感も出てきた。

体温は38.5°C、自然発汗の傾向はなく、脈の力は強い。葛根湯エキスをもたせ、帰宅後はすぐに就床するように指示した。

翌日の報告によると、葛根湯を一服して床に入ったところ、身体が温まり、続いて気持ちのよい汗が出て、そのまま寝入ってしまった。今朝にならすっかり爽快な気分になったとのことである。

(寺澤捷年：症例から学ぶ和漢診療学、p116 参照)

そこで実際の風邪の患者さん、実例でお話したいと思います。この方は、20歳の男子学生ですね。今朝から少し頭が重かったが夕方4時頃から頭痛が強くなってきて、熱感も出てきた。体温は38.5°Cまで上がった。自然に発汗するような傾向はない。汗はあまり出でていない。脈の力は強い。さあこの患者さんは風邪ですけどもどちらのタイプの風邪なのか。もう皆さんおわかりかと思います。先程の話を聞けば、この患者さんは実証タイプの風邪であるというのはすぐにわかると思います。では実証タイプの風邪の引き始めには何を使うか

というと、先程お話しした葛根湯です。そこで葛根湯エキスをもたせて帰宅後すぐに就床するように指示しました。翌日の報告によると、葛根湯を一服して床に入ったところ、身体が温まり、続いて気持ちのよい汗が出て、そのまま寝入ってしまった。今朝にならすっかり爽快な気分になっていたということで、葛根湯一服で良くなつたという例であります。

□□湯が効く××タイプの風邪

58歳、主婦。一昨日より悪寒と頭痛があり、家庭配置薬を服用したが、鼻閉感と軽い頭の重さが取り切れないといふ。

体温は37.2°C、上半身を主に自然発汗の傾向がみられ、脈の力は弱い。

処置室のベッドに臥床してもらい、桂枝湯エキスを投与した。服薬後、約10分で身体が温まり、心地よい汗が出た。1時間ほど安静にしていたところ、諸症状は消失した。

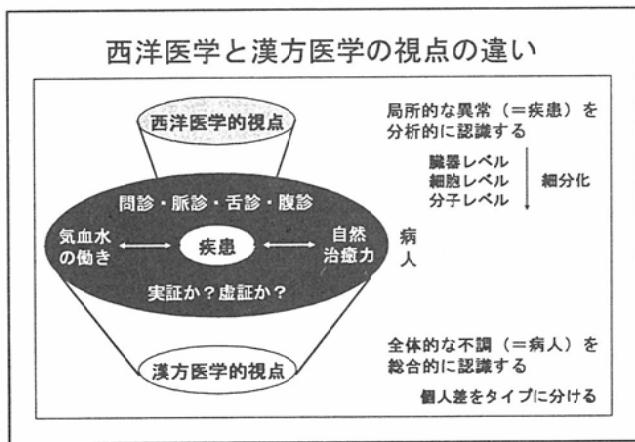
(寺澤捷年：症例から学ぶ和漢診療学、p115 参照)

もう一例、お話しします。この患者さんは58歳の主婦の方で、一昨日より悪寒と頭痛があり、家庭配置薬を服用したが、鼻閉感、鼻が詰まる感じと軽い頭の重さが取り切れない。熱を測ると37.2度。上半身を主として自然発汗の傾向がみられ、汗っぽい。脈の力は弱い。ですから、先程の20歳の男子学生とはぜんぜん違うタイプだということが分かります。同じ風邪の引き始めでもやっぱり人によってタイプが違う。こちらの患者さんは、虚証タイプということですね。虚証タイプの患者さんには、桂枝湯という処方が使われます。処置室のベッドに横になってもらい、桂枝湯エキスを投与しました。服薬後、約10分で身体が温まり、心地よい汗が出た。1時間ほど安静にしていたところ、諸症状は消失したということです。ですから同じ風邪の引き始めであっても桂枝湯が効く虚証タイプの風邪と、先程の男子学生のように葛根湯が効く実証タイプの風邪があるということになります。ここまでで、民間薬と漢方薬の違いがお解り頂けたと思います。そして漢方薬がどういうものなのかというのも少しほイメージできて

いことですね。虚証タイプの患者さんには、桂枝湯という処方が使われます。処置室のベッドに横になってもらい、桂枝湯エキスを投与しました。服薬後、約10分で身体が温まり、心地よい汗が出た。1時間ほど安静にしていたところ、諸症状は消失したということです。ですから同じ風邪の引き始めであっても桂枝湯が効く虚証タイプの風邪と、先程の男子学生のように葛根湯が効く実証タイプの風邪があるということになります。ここまでで、民間薬と漢方薬の違いがお解り頂けたと思います。そして漢方薬がどういうものなのかというのも少しほイメージできて

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム 「漢方薬の効能と正しい使い方」 漢方診断と治療の実際

きたと思います。



それでは実際に医療の現場で患者さんを診る時に、西洋医学的に患者さんを診る時と漢方医学的に患者さんを診る時とでは、その視点に大きな違いがあるという話をしたいと思います。

最初に西洋医学の視点からお話しします。西洋医学は局所的な異常、体のどこにどんな異常があるかということを「疾患」として診断します。その時にどんどん分析していきます。まずどの臓器に異常があるのかというのを

みます。その後、じゃあ細胞レベルでみるとどういう異常なのかということを診断します。そして最近では、分子生物学、遺伝子レベルでその診断を行うようになってきています。どんどん分析していくって、その診断の精度を高めていく。そしてその疾患にあった治療を開発していくというのが、西洋医学の視点です。分析的な視点ですね。

それに対して漢方医学は、患者さん全体を診るという視点をもちます。その患者さんが、自分で本来的に持っている自然に病気を治そうとする力、これを漢方では「自然治癒力」と呼んでいますけども、その自然治癒力がうまく働いていないところに注目します。病気がなかなか治らないということは、恐らくその患者さんが持っている自然治癒力がうまく働かないのだろうということが想像されるわけですが、では何故その自然治癒力がうまく働かないのかということを漢方では考えるわけです。どこにどんな病気があるかということも大事ですけども、その病気を自分で治そうとする力が何故うまく働いていないのか、そのことを見極めていくことも大事です。その1つの考え方として、先程の実証か虚証かというタイプ分けが重要になってくるんですね。

例えば疾患のところに風邪を当てはめて考えてみましょう。風邪という疾患がある。同じ風邪であってもその風邪がなかなか治らないというのは、実証タイプと虚証タイプの人では、そこに何か違いがあると考えるわけですね。全体として自然の治癒力がうまく働かない、そのタイプに実証タイプと虚証タイプで違いがある。だから効く薬も違うんだということになります。そうすると漢方薬が効く場所というのは全体だということがわかります。疾患そのものを治すのではなくて、全体のバランスを整えていくというのが漢方の効き方だということが分かります。そして実証か虚証かというのを診断するときにいろいろと話を聞く。問診をする。それから脈をみる、脈診をする。舌をみることもありますね、舌診をする。それからお腹をみる、腹診をする。そういうような診察をすることで、実証タイプか虚証タイプかを見分けます。

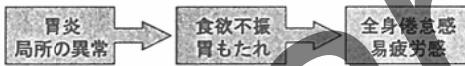
診の診断には、実証か虚証かというタイプ分けだけではなくて、気・血・水によるタイプ分けもあります。気・血・水というのは何かということを順番に説明すると、身体の中を巡っているエネルギーが気（き）ですね。気といったら気功とかで目に見えないパワーとして良く出てきますけども、要するに、人間が持っているエネルギーやパワーが氣です。その気がうまく体の中を巡

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム「漢方薬の効能と正しい使い方」 漢方診断と治療の実際

って働いていれば良いのですが、その気が不足してしまって全身にうまく供給できない。そういうことが問題になっている患者さんもいます。血（けつ）というのは血液のことですから、体の中を血液がうまく巡っているかどうかが問題になります。それから水（すい）というのは、水分です。人間の体の60%は水でできていますから、水がうまく体の中を巡っていること、新しく綺麗な水分をとったらそれが最終的に老廃物と一緒に尿となって腎臓から排泄されること、あるいは汗となって出ていくこと、そういう水の代謝、循環がうまくいかないタイプというのも問題になります。ですから、漢方では全体を診るときに、身体の中を巡っている気・血・水がどういう風になっているのかということを考えて、病気や証を診断するということです。このように身体の全体的な不調、病人の全体を総合的に認識するのが漢方医学の視点です。ですから、西洋医学がどんどん細かいところまで分析していくのに対して、漢方医学は総合的に認識して、その一人一人の個人差をタイプに分けて診断するということになります。

西洋医学は局所の異常を治す

医師A：「どこが悪いのですか」
患者B：「胃がもたれて、食欲がありません。そのうえ、全身がだるくて疲れやすいのです」
医師A：「では、血液検査と胃の検査をしましょう」
患者B：「お願いします」
医師A：「血液検査には異常がありませんが、少し胃が荒れているので、胃炎の西洋薬を処方します」
患者B：「やっぱり、胃が悪かったのですね」



ここで、西洋医学と漢方医学の視点の違いがもう少し具体的にわかるように、一人の患者さんに登場して頂きます。

患者Bさんは西洋医学の医師Aに「どこが悪いのですか」と聞かれています。皆さんも患者のBさんになったつもりで読んで頂きたいのですけども、Bさんが「胃がもたれて、食欲がありません。そのうえ、全身がだるくて疲れやすいのです」と答えたところ、「では、血液検査と胃の検査をしましょう」と言われ

ました。

全身がだるくて疲れやすいということなので貧血がないかどうか、肝機能はどうかということを血液検査で調べようということですね。また、胃がもたれて食欲がないということなので胃の検査をするということです。要するに、どこに異常があるのか、どの臓器に異常があるのかということを西洋医学の医師Aは診断しようとしているわけです。その結果、「血液検査には異常がありませんが、少し胃が荒れている」と言わされました。これで原因がわかりましたね。胃が荒れているから胃の調子が悪い。胃炎という病名がついてそれに対する西洋薬が処方されました。結論としては「やっぱり胃が悪かったのですね」ということになるわけです。

西洋医学では、胃炎という局所の異常が食欲不振や胃もたれという症状を起こしている。食べられないから元気がでないし、疲れやすいという症状も出てくると考えます。そのような考え方で診断・治療して多くの患者さんは良くなります。胃の調子が良くなって食欲も出てくる。食べられるようになったら元気になりましたということで多くの患者さんは西洋医学的治療で良くなります。しかし、全ての患者さんが良くなるわけではありません。残念ながらこの患者Bさんは良くならなかったのですね。そこで漢方を専門とする医師Kのところを受診することにしました。医師Kと患者Bさんとのやりとりを次に紹介します。

第5回 HAB研究機構市民公開シンポジウム
自然が生む健康 ー植物の不思議な力ー

自然が生む健康 ー植物の不思議な力ー

池上 文雄（千葉大学環境健康フィールド科学センター）



皆さんこんにちは。ご紹介ありがとうございます。先程喜多先生が医師の立場から漢方治療のお話を下さいましたが、私は、薬学、くすりの面から漢方薬の源となっている植物を通して健康についてお話したいと思います。

ここにオケラとトキがあります。昔から春先になると山でうまいのはオケラにトキ、里でうまいのはカボチャにナスビと言われていますように、私たちは昔から自然の恵みである植物とともに生活していました。オケラ、トキは山野草

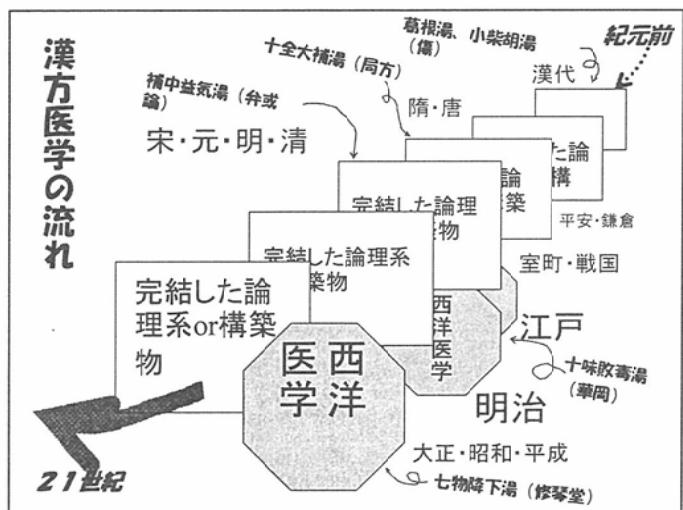
で、おひたし等にして食べたりしますが、漢方ではオケラの根茎を薬として使います。トキ(ツリガネニンジン)も同じく根を薬として使います。この様に、人類はひとつの植物を野菜という食物として摂ったり、あるいは薬として用いたりというように、自然の恵みを存分にうけながら生活してきたのではないかと思います。そういうわけで今日は、自然が生む健康という題でお話をしていきたいと思います。



ここにいくつか並んでおりますが、世界にはいろいろな薬、特に伝承薬といわれているものがあります。日本、中国の漢方医学。インドのアーユルヴェーダ。アラブ諸国のユナニー。このような3大伝承医学といわれているもの他に、アメリカやヨーロッパ、アフリカにもそれぞれの地域でおこった医学があり、これが全世界に伝わって、そして伝承されてきました。その中で私たちの身近にある漢方医学、この中で使われる植物について

話をしていきたいと思います。

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム
自然が生む健康 ー植物の不思議な力ー



物降下湯という漢方薬があります。このように、元々は中国で発した漢方薬ですが、日本で、特に江戸時代に集約されてまとめられたのが日本の漢方薬というもので、現在では、中国の中医薬とは区別されています。



だということです。

ここに漢方医学の流れの概略があります。漢方何千年の歴史という話を聞いたことがあると思いますが、紀元前から現在に至るまで、延々と続くこの流れの中にあって、漢の時代、漢代に葛根湯や小柴胡湯が作られました。さらに時代が進んで、捕中益氣湯などが作り出されました。そうすると、漢方薬は中国のものかなとお考えになる方がいるかと思いますが、実は、江戸時代、華岡青洲の作られた十味敗毒湯、あるいは近年になりますと七

東洋医学の歴史の中に、紀元前2世紀頃に黄帝内経素問というテキストがあります。この中に書いてある「健康とは」という問答には、「陰陽に則り、食飲に節あり、起居に常あり」とあります。当たり前のことですが、こういう生活をしていると、「ことごとくその天年を終える。百歳を度として、すなわち去る」。昔から、百歳あるいは長寿というのは当たり前で、近年は平均寿命が80何歳と言われていますが、紀元前2世紀頃であっても長寿があり得たの

第5回 HAB研究機構市民公開シンポジウム 自然が生む健康 ー植物の不思議な力ー

健康とは！

岐伯對曰。
上古之人，其知道者，法於陰陽，和於術數，食飲有節，起居有常，不妄作勞，故能形與神俱，而盡終其天年，度百歲乃去。

岐伯、こたえて曰く、上古の人
は、それ道を知る者なし。陰陽
にのっとり、術數に和し、食飲に
節あり、起居に常あり、怠りに勞
作せず、ゆえによく、形と神とと
もにして、ことごとくその天年
を終える。百歳を度として、す
なわち去る。

本書(BC2-BC1世紀)は
黄帝こうていと名医岐伯ぎはくの
問答で進行する

孔子さまも75歳
の生涯でしたネ！

黄帝内経本四

「黄帝内経」の冒頭には、健康とは何であるか、
が書かれている

健康とは、「陰陽に則り」「食飲に節有り」「起居に常
有り」の状態をいい、こうすれば天寿を全うできる。

↓

そのような養生を守らないと早死にする。

↓

養生を守っていても、健康を脅かすものに、内因、外因がある。

↓

どのように病的であるかを認識し、それを是正する方
策を立てるために、漢方診断系(漢方薬)が役に立つ。

生活習慣病

Life-Style Related Diseases

癌、高血圧症、自律神経失調症、慢性肝炎、気管支炎、慢性便秘、心身症、糖尿病、慢性胃炎、肥満、高脂血症

食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣(ライフスタイル)が、その発症・進行に関与する疾患群

良い作用：栄養・エネルギー、等

悪い作用：急性：中毒
慢性：生活習慣病

日本の社会の伝統を自覚して、自己の健康を自分で守る

それは何故かというと、季節に即した生活をして、「食飲に節有り」ほどほどの食事をして、「起居に常有り」規則正しい生活をしていれば、すなわち養生を守れば健康に過ごすことが出来るからです。ただ、そういう養生を守っていても、どうしても病気になることがある。そのような病気を治す場合に漢方診断、漢方薬を使って治療を行うのです、ということです。漢方薬、漢方治療の鉄則は、私たちの体の中にある余分なものは取り去り、少ない、足りない必要なものは補う、ということです。足らない気や血を補ってあげる、あるいは身体中の水分が多いからさばいてあげるという方法で、常に私たちの身体の恒常性を保つようにしようという考え方です。

最近、生活習慣病というのが重要な問題になっています。日本人には飽食、食べ過ぎにより、肥満、高脂血症などの患者が増えてきています。最近の日本には、「食飲に節有り」などと言っているくらいにたくさんのおいしいものがあります。中には欲求にまかせて大量に食べたあげく、サプリメントを飲んで痩せよう、漢方薬を飲んで痩せたい、何とか痩せる薬はないか、という方がいます。食事は程ほどに食べましょう。そして程ほどに節度を守りましょう。要するに、私たち日本人としての生活習慣を守る生活をして、自分の健康を守りなさいということです。日本の伝統的生活を自覚して、健康には食材を重んじて、自分の健康は自分で守るということです。

医食同源(いしょくどうげん)

読んで字の如く、食事と薬は源は同じ、という意味である。食を以って病を避ける、食を以って病を治療する、という意味を含んでいる。日常生活においては、栄養のバランスの取れた食事を基本にして、これに健康によい食事を組み合わせることで、こころと身体の健康を保つ、あるいは病気を防ぐという意味である。

近年「薬膳」(または薬膳料理)という文字を目にすることが多くなったが、これも医食同源の概念が発展したものである。また「薬食同源」という言葉も「医食同源」と同じ意味で使われる。

原始社会において、人間は生活の中で野生の草木や果実・根・茎などを採取して食べるうちに、時々下痢や嘔吐、時には死に至ることもあった。

そうした経験の繰り返しのうちに、人間は、次第に植物の形とか性状とかについて見分けることができるようになり、無毒なものは「食用」とし、毒性の強いものは、その毒を利用して狩猟用の毒矢に用いる、といったことを覚えてきた。

幾世代にも渡って、人間は、食物と健康の関係について学び、病気にかかって苦しんでいるとき、たまたま食べたものから症状が軽減したり、治癒したり、あるいは死に至るという経験を繰り返したものと考えられる。

漢方は「壮大なる人体実験」のもとに成立したといわれる所以である。

昔から言われているように、「薬食同源」あるいは「医食同源」といって、食事と薬は同じという考えがあります。昔から私たち人類は、身近な草花を探って食べたりする中で、身体にいいもの、あるいは悪いものを学び、そして長い経験の中から食物と健康の関係について学び、薬というものを作り出してきました。すなわち、「漢方は壮大なる人体実験のもとに成立したといわれる所以である」ということです。

私たちの想像を絶するほどの数限りない人体実験、動物実験が行なわれ、そして、漢方薬が出来てきたと考えますと、今、私たちがこうして健康でいられるのも、先人達がたゆまぬ努力をしてきた結果と考えられます。それ故、ひとつの漢方薬といえども大切に扱い、また、その漢方薬のお世話にならないような生活をするべきであると考えます。

薬草・薬膳と養生

▶ 「薬(医)食同源」

“食べ物は薬と同じように身体に作用する”

薬用植物・薬草：純粋な成分を取り出さずに「薬」として用いる植物

生薬：薬用植物・薬草を「薬」の形に加工(乾燥)したもの

▶ 「身土不二」

“育ったところの物(和食)を食べるのが良い”

身体=生まれた土地=不二

▶ 「薬膳」

“漢方の食療法で薬食同源を考える食事観に基づく季節に対応した食材(旬の食材)、体質や症状(各人の証)にあわせた生薬や食品を選んで作られる料理”

まとめますと、薬食同源、食べ物と薬は同じであるという話をしました。そして、日本人は日本の伝統を自覚するべきであるといいました。日本人は農作物中心の食事すなわち和食を吃るのが一番良く、ハンバーグやステーキなどの西洋的な食事ばかりを摂っているとあまり良くありません。すなわち、元来、草食動物である日本人が肉食動物のまねをすると、その結果として何が起こるかは知っての通りです。昔から「身土不二」という考えがあります。

日本には日本の良い食物があります。先程、薬膳の話のときに、どういう食材がありますかという質問がありましたが、特別な食物というのではなく、普段の食材を食べる、すなわち、旬のものを吃ることが基本です。この寒い時期に何も夏野菜のトマトを食べなくても良いのです。それが漢方の考え方です。「陰陽に則り」というのは、こういう意味です。寒い時には寒いなりの、暑い時には暑いなりの食事です。冬には冬の野菜を入れた鍋を食べますよね。鍋には根菜類が入ります。葉物はあまり入らないと思います。ところが春になると葉物を多く吃るようになります。これは植物の生育でもありますが、私たち人間のバイオリズムもそうでありますので、「旬の食材でもって健康を考える」ということです。

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム 自然が生む健康 一植物の不思議な力一

家康vs.信長・秀吉

信長：家康並に医学に興味があったならば明智光秀の鬱病性格を見抜いたはずで本能寺の裏切りを防げたに違いない。但し、元々養生には無関心であった。

秀吉：名医を常にはべらせ健康に気をつかってはいたが医薬を研究し自分流の健康術を作るような素質はなく生來の胃弱に対しても医者任せであった。

家康：医薬を研究し家康流の健康術を作る。日頃から自分の健康は自分で管理してできるだけ病気にならないようにするいわゆる予防医学の実践者であった。

長寿將軍「徳川家康」の座右薬を復元する
(オール読物3月号 山崎光夫) 」から転載

徳川家康 享年75歳 ボケや寝たきりとは無縁で死の15日前に遺言を口述筆記させた。当時の平均寿命は40歳にも及ばない頃であった。ちなみに、足利尊氏 54歳、足利義満 51歳、足利義政 55歳、織田信長 49歳(明智光秀により殺害)、豊臣秀吉 62歳。

〈何故、家康はこれほどの長寿を得たのだろうか？〉

- 1 将に、医学博士「家康」であった。
医師と共に自ら医薬を研究し家康流の健康術を作った。
- 2 家康は薬作りでもあった。
さながら「家康製薬」、「家康薬局」の顕を呈していたと思われる生薬、調剤道具を揃えて自分用の薬を作っていた。

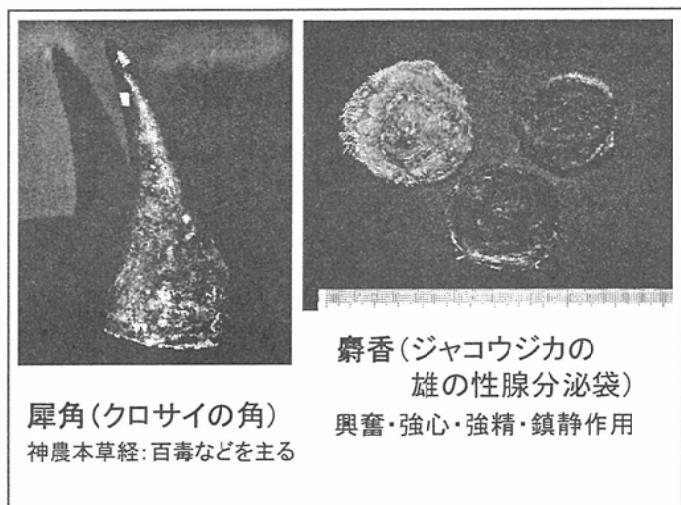
ここに1つ面白い例えがあります。「家康 VS 信長・秀吉」、家康がなぜ長生きしたかという話です。先程から言っている養生がいかに大切かという話です。信長と秀吉が、養生しなかったり、医者任せであったのに対して、家康は、自分で健康を考え、予防医学の実施者だったこと、それ故に戦国武将としては75歳という長寿だったということです。家康は、医者と共に自ら薬を研究して、自分の健康術としました。どのような薬を愛用していたかというと、滋養強壮の烏犀圓、胃腸薬の萬病圓で、陳皮や黄柏などの皆さんよく知っている植物生薬で出来ていますね。それから八ノ字、八味地黄丸です。腎氣丸ともいいますが、ヤマイモとかサンシユなどといった植物が入っていて、気を補う薬です。このような薬を愛用していたということですが、これが家康の長生きにつながっていたとすれば、常に自分の健康を考えて日々の生活をしていたためといえるでしょう。

〈家康はどの様な薬を愛用していたのだろうか〉

- 1 烏犀圓：58種の生薬が入った滋養強壮を伴った救急薬。
牛黃、陳皮、麝香、人参、茯苓、附子、犀角等
- 2 萬病圓：胡黃連、楊梅皮、苦參、白朮、莪朮、椒目、甘草、黃柏の8生薬が入った急性の胃腸障害薬。
- 3 八ノ字：腎氣丸・八味地黄丸のことで滋養強壮、代謝改善、気力再建の為の薬。
地黃(ジオウ)、沢瀉(タクシャ)、茯苓(ブクリョウ)、山茱萸(サンシュユ)、山藥(ヤマイモ)、牡丹皮(ボタンピ)、桂皮(ニッキ)、附子(トリカブト)

家康は日頃の体調を整え、老化防止の為の自己保健薬として「八ノ字」を愛用していた。

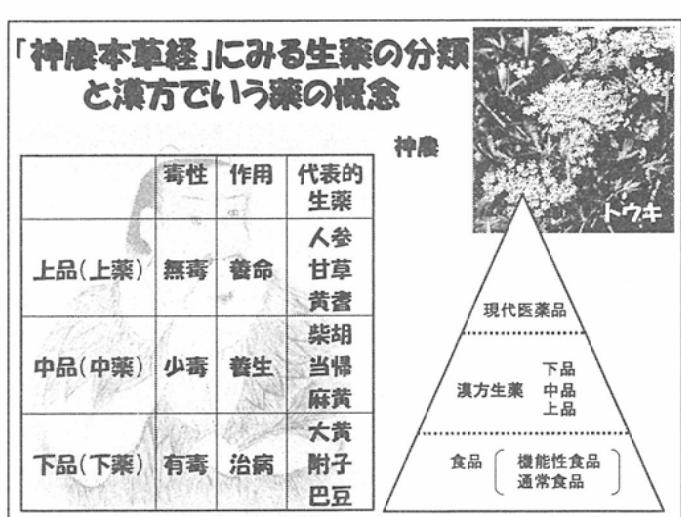
第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム
自然が生む健康 ー植物の不思議な力ー



家康の愛用した薬の中には、ここに示した動物生薬の犀角と麝香が入っていますが、植物ではトリカブトが注目されます。



トリカブトというと皆さんが思い出すのはトリカブト殺人事件かと思います。昔から憎い人を殺したいということで使うこともあるようですが、実は、薬としてはとても重要です。日本全国いたるところに生えていて、根を附子や烏頭という生薬として用います。この花が綺麗だからといって食べたりしないで下さい。美しいものには時として毒があります。十分に注意して頂きたいと思います。トリカブトのような毒をもった身近な植物も家康の漢方薬に入っていたわけですね。



このような漢方薬のことをまとめて著した書物として先程黄帝内經を紹介しましたが、さらにもうひとつ、神農本草經という中国の古い医学書があります。その中で、漢方に使う生薬はこういうものです、あるいは、漢方薬というのはこのように考えて使います、というようなことが書いてあります。神農さんには角があるのです。この後の油田先生のお話ではもっとすごい角が出てきますが、神農さんは伝説上の人

物で、農業の神様です。この中で、漢方に用いる生薬が上、中、下すなわち養命、養生、治

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム 自然が生む健康 一植物の不思議な力一

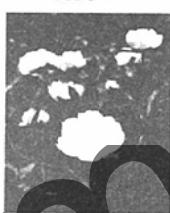
病と分けられています。例えば、私たちの命を養う生薬には人参、甘草、黄耆があります。養生には、柴胡、当帰などの生薬があります。そして毒があり、治病に用いられるものには大黄、附子、巴豆があります。そこで、このような生薬の分類が現在医薬品や食品とどのような関係にあるかということを見てみると、普段私たちが食べている食品や健康機能性食品と非常に密接な関係があって、一部分の生薬が現代医薬品に近い分類に入るということです。すなわち、漢方でいう薬になるものとは、食品、私たちの日常の食材とほとんど同じものですよ、ということです。

医療における生薬と薬用植物

生薬：動物・植物・鉱物を薬として利用するために簡単な加工を施したもの

薬用植物：薬として用いる植物のこと、植物性生薬の基原植物、俗に薬草と呼ばれる。木本植物やキノコなどの菌類、抗生素質を産生する細菌類も含まれる。食用植物や有毒植物も薬用として利用される場合には薬用植物に分類される。

**薬用植物：自然の恵み、
そして人類の英知の賜物**



えられます。今、食べている食材にしても、漢方薬にしても、本当に先人達に感謝の気持ちをこめて使っていかなければならぬと思います。

食材として摂っている野菜、それらがすなわち薬であるという医食同源の考え方からすると、薬膳とは特別な素材を使った食事ではないということです。この時期、白菜をおいしく煮て食べればそれも1つの薬膳です。そうしてみると、生薬、あるいは薬用植物といわれているものも含めて植物は自然の恵みであり、人類は自然界にある多くの植物の中から健康に良いものを長年の経験と莫知の中で活用してきたと考えます。

医薬品（解熱・鎮痛および抗炎症薬）

アスピリン[®] (Aspirin)
CC(=O)c1ccccc1C(=O)O
aspirin

アセチルサリチル酸
サリチル酸
サリシン (salicin)
CC(Oc1ccccc1)C(=O)O
salicin

Salix alba Linn.

シバヤナギ (*Salix japonica*: ヤナギ科 Salicaceae)

漢方薬、民間伝承薬といった東洋医学のみならず、西洋医学においても植物由来の薬がたくさんあります。今、ここに代表的な植物としてヤナギを示しました。ヤナギと聞くと何を思い浮かべますか？どうやうなんて言う人もいるかも知れませんが、ヤナギと言ったら、薬の歴史を学ぶとき必ず最初に出てくるのです。これはなぜかというと、西洋では昔から頭が痛いときヤナギの枝を煎じて飲んでいました。一方、中国の古典を紐解くと、中国では歯が痛いときにヤナギの枝を削ってそれを使っていました。ようじ（楊枝）、つまようじ（爪楊枝）を漢字で書くとヤナギ（楊）の枝ですよね。ということは、西洋、東洋に限らず、ヤナギの枝を痛み止めに使っていたわけです。そして、今日、私たちが使っているアスピリンという薬が開発されたわけです。民間薬としての利用をヒントに、今から100年ほど前にドイツの

いときにヤナギの枝を削ってそれを使っていました。ようじ（楊枝）、つまようじ（爪楊枝）を漢字で書くとヤナギ（楊）の枝ですよね。ということは、西洋、東洋に限らず、ヤナギの枝を痛み止めに使っていたわけです。そして、今日、私たちが使っているアスピリンという薬が開発されたわけです。民間薬としての利用をヒントに、今から100年ほど前にドイツの

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム 自然が生む健康 一植物の不思議な力一

バイエルという会社が開発し、解熱・鎮痛薬としてアスピリンを世に出しました。現在、西洋医学で用いるいろいろな薬が出ては消え、出ては消えている中で、人類が植物から最初に作り出した薬であるアスピリンは、100年以上経った今でも現役の医薬品として使われています。これほど長寿の薬はありません。多分アスピリンはこれからも消えることなく使われていくと思います。最近ではバファリンなど多くの鎮痛薬がありますが、ヤナギの枝が私たちの頭痛を取り去ってくれることを考えると、植物の持つ力は不思議といえますね。



このほかに歴史的にも薬としての価値ある植物の例としては、抗がん剤のタキソールの基原であるヨーロッパイチイという植物があります。身近にある樹木あるいは草本から有用な薬、私たちの健康を守る、あるいは病気を和らげてくれる薬が生み出されてきました。人類は植物を活用し、それにより健康に生活しているということがお分かりになるかと思います。

身近な薬草

♪日本の民間薬（3大民間薬）：
ケンショウコ（現之証拠）
ドクダミ（毒溜）
センブリ（千振）

♪西洋の民間薬（ハーブ療法）：
ウイキョウ（茴香）
コウカ（紅花）
ジキタリス（洋地黃）
ハッカ（薄荷）

♪毒草：
トリカブト
ハシリドコロ
チョウセンアサガオ

身近な薬草として、日本にはこれらの3大民間薬があります。また、西洋にも民間薬があって、ハーブ療法ともいわれていますが、ウイキョウ、コウカ、あるいはハッカなどが使われます。ここにあるコウカ、この紅花のおかげで実はかのシーザーもクレオパトラに惑わされてしまったといわれるくらいに、クレオパトラはこのコウカの効果があって美しく、あれだけの男性を惑わしたと言われています。歴史にまつわる薬の話はたくさんあって、話すときり

がありません。また一方で、トリカブトやチョウセンアサガオのように非常に綺麗な花をつける毒草も薬として用いられます。

漢方のお話

油田 正樹（株式会社ツムラ）



前のお二人の先生方は、漢方あるいは生薬はどのような効果を持っているのか、あるいは漢方は病気に対してどのような治療効果を示すのか、というようなお話をされたわけですが、私の方はどういうか過程を経て漢方薬が出来上がってきたかという概略と、そして現在使用が非常に便利になりましたエキス製剤はどのように作られるかについてもお話をしたいと思います。

漢方の歴史			
年代	中 国	日 本	
AD 200 220	前漢 黃帝内經		弥生
	後漢 神農本草經、傷寒雜病論 傷寒論 金匱要略		飛鳥
600	隋 韓医方伝わる		
唐	千金方、千金翼方 外台秘要方	鑑真が唐の医学を日本に伝える 大同頸頭方	奈良 平安
1000 1200	宋 和劑局方	匠心方	
金 元	金元の四大家	東方衛生記 後世派 田代三喜、当直派道三	鎌倉 空町
1500	明 本草綱目 万病回春	古方の四大家 山陰東洋、香川修庵、吉益東洞、後藤良山	江戸 明治

漢方：古く中国より渡来し、日本において独自に発達した医学・医術
中医学：現代の中華人民共和国で実践されている中国伝統医学

池上先生が仰った「黄帝内經」や「神農本草經」それから「傷寒雜病論」という、中国医学の三大古典があります。漢方を使われる方にとって、この3つの古典はバイブルに相当するくらい価値のあるものです。例えば「神農本草經」は、色々な植物、動物、鉱物を素材とした薬物が記載されている薬物書の一つですし、「黄帝内經」には医学の基礎理論や鍼灸などが書かれており、それから「傷寒雜病論」になりますと、治療に即しての処方の決め方や処方名が収載されており、一つの治療のガイドラインや処方誌（集）になっています。したがって、これら三大古典が三種の神器のように扱われているのです。

歴史的に言うと、大体紀元2世紀頃に「黄帝内經」が成立し、後漢時代に「神農本草經」や「傷寒雜病論」が纏められたということなので、この頃に漢方の基礎が出来上がったと考えられます。では、いつ頃日本に漢方の基になる中国の医学が渡って来たのかということですが、最初は韓国を通して「韓医方」という形に姿を変えて日本に中国医学が伝わってきたようです。その後、唐の時代になると「鑑真が唐の医学を日本に伝える」とあるように、753年に鑑真和尚が来日した際に、中国の医学や薬を日本に伝えています。鑑真和尚は仏教関係以外では医学にも通じていて、

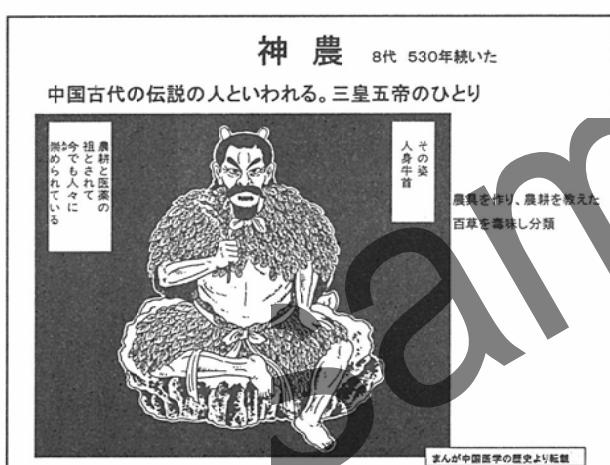
お二人の先生から漢方の歴史というお話がなされましたので、私の方は歴史については、その概略に触れるだけにいたします。先ほども「黄帝内經」のお話がありましたが、この「黄帝内經」が作られる以前には、神農という人が存在しておりました。神農は黄帝とともに中国古代の伝説的な人物であり、中国を治めていた帝であったわけですが、その人たちが漢方の基礎を作ったと言っても過言ではありません。

漢方を研究する上で非常に大事なものとして、それから「傷寒雜病論」という、中国医学の三

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム 漢方のお話

病に倒れた光明皇太后に薬を処方したことがよく知られています。そして実際に漢方が盛んになってきたのは室町時代で、明國に留学し帰朝した「田代三喜」を始めとする多くの医師達が中国の医学を日本に薦め広めたことに始まります。この頃が本格的に中国の医学が日本に入ってきた時代になります。金や元の時代に、中国医学は目覚しい発展を遂げますが、この頃の医学を「金元医学」といい、それらの理論は明・清時代へと引き継がれます。明國に12年ほど留学をした田代三喜はこれらの最先端の中国医学を学び日本に持ち帰ったのですが、さらに弟子達を通して広められ、これが現在に伝わっているわけです。

更にこの後に、日本において漢方医学は非常に盛んになり発展していくわけですが、100年程経つと山脇東洋を始めとする「古方家」という一団の医学者達が出てきます。この人達は、田代三喜達が持ち帰った金元医学は「傷寒論」の頃の医学の発展形であり、さらに室町から桃山時代において、日本の中でも日本流に発展・変形してしまったものであり、もう一度「傷寒論」などの古典の理論に立ち返るべきであると主張し実践したのです。したがって、日本には二派の漢方医集団が存在することになりますが、この田代三喜達を「後世派」、山脇東洋達を「古方家」とい、これが現在に伝わっているわけです。この二派が現在の日本の漢方医学の先駆者と言えます。



古代中国の神農の頃に遡りますが、神農は紀元前4世紀頃の人で、三皇五帝の一人と数えられており、帝として国を治めていました。神農は農耕と医薬の神様として今でも崇められ祭られていますが、神農氏の世は八代およそ530年続いたそうです。神農が現れるまでは、人民には食材を栽培したり繁殖させたりするという知恵はなく、周りに生えている植物や動物など野生の物をただ採っては食べ、食べ尽くしては別の場所に移るような生活を繰り返していました。

ただけでした。そこで神農は民に鋤や鍤などを製作して使い方を教えたり、田畠を耕し栽培という技術を覚えさせたりして、やがて土地に定着させることに成功しました。後の漢の時代に神農が撰したものとして「神農本草經」が出来ますが、これには365種類の薬物が分類されています。その中では「上薬」、「中薬」、「下薬」という分け方をしておりますが、ここに至るまでには神農があらゆる物を口にして、これが毒であるか、あるいは食べられるものであるか、あるいは病気の時に使える薬なのかを試し、その結果を人々に知らせたとのことです。後の世にそれらは纏められ、動物薬では67種類、植物薬では252種類、鉱物薬では46種類、合わせて365種類が上・中・下に分類されて「神農本草經」の中に収められています。そして「上薬は養命」、「中薬は養生」、それから「下薬は治病」という内容で三つの分類が出来上がっています。

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム
漢方のお話



そしてこの後に出でてくる皇帝が「黄帝内經」の黄帝ということで、神農と並んで医学に非常に貢献した伝説の人です。黄帝や「黄帝内經」については前の演者がお話をしたので省略します。

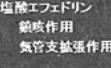
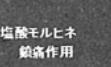
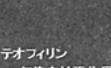
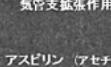


次に、漢方にとって重大な影響を与えた人物として張仲景という人が挙げられます。2世紀から3世紀のことで、彼により「傷寒雜病論」が書かれました。昔は大家族制だったこともあり、張仲景の一族は200人あまりもいたそうですが、10年も経たないうちに一族の3分の2くらいが亡くなってしまい、その殆どが傷寒という現在でいう腸チフスやインフルエンザのような急性熱性疾患が原因だったとのことです。そこで彼は何とか傷寒の治療法はないのかと、

いろいろな医学書や薬物書を精査し、「傷寒と雜病について治療法や処方を体系付けて纏め「傷寒雜病論」を作ったそうです。後に傷寒雜病論の中から、急性熱性疾患に使える処方を集めたものが「傷寒論」となり、残りの慢性病などを含んだ雜病を扱ったものが「金匱要略」になりました。先ほど池上先生が、その時代には相当な数の人体実験が行われ、その結果としてこういう処方ができあがったのだろうとおっしゃいましたが、時代背景を考えると否定できないところが多々あります。秦の始皇帝が不老不死の薬を探し出せという命をうけ、徐福が大船団を組んで日本に出帆したという「徐福伝説」はあまりにも有名です。徐福は日本の吉野にまで来たとも言われていますが、但し、そこで唯一見つかったのが「天台烏藥」（てんだいうやく）という、クスノキ科の植物だったそうですが・・つまり、秦の始皇帝の時代を始め古代中国では、幾度となく侵略戦争が繰り返され強烈な圧政時代が長く続いたわけですが、王となった人が初期の目的を達した後に望むことは誰彼の差なく決まって“病からの回避と不老長寿”であり、その特効薬を得るために多くの捕虜や罪人を使ってあらゆる天産物についてその薬効を確かめたという可能性が大いに考えられます。大昔のヨーロッパ方面の薬を見てもそうなのですが、罪人にアルカロイドなどを含む猛毒の薬物を飲ませ、どのくらい飲ませたら痛みがとれるかとか、どのくらい飲ませたら死ぬかとか、というような実験を繰り返して薬として使えるかどうかを確かめていたようです。このような時代に書かれた「傷寒論」や「金匱要略」あるいはその基になった多くの医書は、夥しい臨床経験を背景に出来上がったものであるといえ、それゆえに記載されている処方の治療効果

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム 漢方のお話

や診断方法・治療方針というのは、現在でも十分に使える価値のあるものであるといえるのです。

植物由来の西洋薬		
植物(生薬)	主要成分	西洋薬とその作用
麻黄	Ephedrine 	塩酸エフェドリン 鎮咳作用 気管支拡張作用
ケシ	Morphine 	塩酸モルヒネ 鎮痛作用
茶	Theophylline 	テオフィリン 気管支拡張作用
柳	Salicylic acid 	アスピリン（アセチルサリチル酸） 1899年から生産 消炎鎮痛作用

「植物由来の西洋薬」と書いてありますが、植物から抽出された成分から実際に多くの医薬品が作られています。最も古い天然物由来の医薬品としては、柳から取れたサリチル酸があります。サリチル酸は局所刺激や胃腸障害などの副作用があって使いにくかったので、その後副作用を抑えるために化学修飾され、でき上がったのがアスピリンです。アスピリンは、さらに抗血小板作用など新規薬効が開発されて今でも使われている薬であり、100年を超える西洋薬

の代表選手と言えます。

東洋医薬と西洋医薬とはどこが違うのかということについて少しお話したいと思いますが、実際には、オリジンを辿ってみると殆ど天然物であるという点で一緒であると言えます。お茶から取れる「テオフィリン」というものは「テオドール」として今も処方されています。それから、ケシからは「モルヒネ」や咳止めに使われる「コデイン」、その他「パパベリン」や「ノスカピン」が薬になっています。風邪薬に配合される「エフェドリン」は麻黄という生薬に入っています。この他にもたくさんの西洋薬が植物からできています。「医食同源」、「藥食同源」という言葉がありますが、「東西同源」という言葉もあっていいかも知れませんね。近年、医学・医療の環境も相当変わっており、「東洋医学」や「西洋医学」の理論や考え方も徐々に融合されてきております。統合医療という新しい概念も出てきました。西洋医学が発展・進歩するにつれて、過去に臨床経験を背景に体系付けられた「漢方医学」の理論や治療効果の素晴らしいところが、ようやく近代医療の中で理解されるようになりました。

漢方薬	
漢方医学の考え方に基づいて、複数の生薬を体系的に配合したもの(処方)。	
例) 大建中湯: ニンジン、カンキョウ、サンショウ、粉末鈍	
漢方薬と民間薬の違い	
処方例	漢方薬 滋養強壮湯 牛車膏氣丸
生薬数	漢方薬 補中益氣湯 2種類以上
起源	漢方薬 グンノショウコ 1種類が多い
用法・用量	漢方薬 センブリ 医書
医師の判断	漢方薬 あくまで経験的
証	漢方薬 不要 必要 ある
	民間薬 不要 ない

漢方薬は、基本的には生薬一種類で用いられることは稀で、複数の生薬を配合して作られます。生薬の配合は、臨床経験をもとに体系的に作られた処方に則ってなされますが、「傷寒論」や「金匱要略」などの「医書」に収載されている処方が尊重され、一部生薬を加減することが許されている以外は、勝手に処方が作られる事はありません。スライドでは術後の腸閉塞に使われ、即効性のある「大建中湯」という処方を例にしていますが、このように複数の生薬が配合されています。

はじめに言い忘れたのですが、ここで「漢方薬」という用語について少し解説をしたいと思います。「漢方薬」の源は古代中国医学なのですが、日本に伝来して以来、室町時代や安土桃山、江戸時代を通じて独自に大きく発展することになります。当時の日本の医師達は、

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム 漢方のお話

入手困難な生薬に対する代替品を探したり、日本の社会環境や食生活の中で培われた日本人の体格・体形や生理学的性質などとの相性をみたりして、長い間試行錯誤を繰り返しながら徐々に中国から来た医療・薬を日本の医療に合った形に改良していったのです。したがって、正しい用語の解釈としては、「漢方とは、古代中国において発祥した東洋医学の中の薬物療法で日本へ伝えられた後独自の発展をした医療方法および薬物である。」「古く中国より渡来し、日本において発達した医学・医術で、独自の薬の組み合わせや腹診法の研究、日本の民間伝承の薬方等を含めて完成した。」「漢方という用語は、明治の初期前後、西洋医学を蘭方と呼称したのに対し、在來の医学を漢方と称したのに由来する。」ということになっています。最近、よく中国の薬や健康食品あるいは生薬が入っているものを「漢方薬」と呼ぶ日本人や中国人がいますが、これは大きな間違いで、実際にはこういうものは「中薬」「中成薬（生薬製剤）」あるいは「中国製健康食品」と呼ぶのが正しいのです。日本においても漢方の処方に則らず、独自に生薬が配合されている製剤のことを生薬製剤と呼び、漢方薬とはいいません。



現在、医療の場においては、漢方薬はエキス製剤と生薬の煎じ薬（煎剤）が使われていますが、スライドに医療用の「漢方エキス製剤」の分包品を示します。このように処方毎にきれいに分包された形になっており、皆様が病院にいった時に薬局から渡されたり、処方箋を調剤薬局に持つて行って出してもらったりするお薬です。漢方エキス製剤は、元々昔から作られていた漢方の煎じ薬の中味や性質をそのままエキスに移行するという製法で作られているので、効果については煎じ薬と変わらないということになっています。エキス製剤は、煎じる手間が省けるということと、煎じる時の匂いを気にしなくて済むこと、煎じ薬に比べ品質が一定で安定していること、携帯し易く持ち運びに便利だということなど、実際に現代の生活様式にマッチしている利便性に長けた製剤であるといえます。



こちらのスライドは一般薬としての漢方薬で、薬局で買える薬です。「葛根湯」とか「麦門冬湯」とか「柴胡桂枝湯」とかありますが、やはり医療用エキス製剤と同じように「医書」に載っている処方に則って作られています。

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム
漢方のお話



先ほど「漢方」という用語についてお話をしましたが、何故今更そんな話をしつこくしたかといいますと、こちらを紹介したかったからです。つい最近もありましたが、「生薬『関木通』で腎障害」という報道がありました。それから、「漢方薬で死亡例が出た」というニュースもありました。こちらのスライドにその時の新聞記事が載っていますが、「冷え性やアトピー性皮膚炎に効果があるとして調合された生薬「関木通」を含む漢方薬を飲んだ患者に腎機能障害の

副作用が発生」「アトピー性皮膚炎が治ると知人に薦められ、中国から個人輸入された漢方薬を五年ほど前から飲んでいた」とあります。この報道があった時に一時は「漢方薬とは実は危ない薬だ」ということになってしまいました。「関木通」というものが入ればこういう状態になるということは、ヨーロッパの方ではよく知られていることでした。関木通に含まれるアリストロキア酸という成分が腎臓に対して重い障害を与えることがわかつっていたからです。副作用の犯人は「関木通」ですし、日本の漢方薬には似た名前の「木通」は使われますが、「関木通」は使われてはいません。そして、前述したようにこのような製剤は中国で作られた「中成薬」であり、漢方薬とは呼びません。いつものことですが、マスコミなどのメディアがきちんと調べもせず、生薬が入っているからといって何でもかんでも「漢方薬」として安易に報道することは本当に困ったことです。

この報道があったときに当時の厚生省から、日本の漢方薬全てについて、「関木通」が入っていないなくてもアリストロキア酸をチェックするようという通達が出ました。そこで全ての漢方製剤を分析にかけ、日本は大丈夫ということで事なきを得ました。日本で製造されている「漢方薬」は、変なものが混ざらないようにしっかりした品質管理体制が整っており、きちんとしたチェックがなされています。



スライドにいくつかの製剤を示していますが、ここに出ている「田七杜仲精」とか「血脂康」というものは「漢方薬」とはいいません。これらは中国や台湾で作られたもので、「中成薬」あるいは「生薬製剤」といいます。紛らわしいですが、先ほどもお話したように、生薬を含む製剤には「漢方薬」と「生薬製剤」それから「中成薬」あるいは「中藥」があります。「中藥」というのは中国における中医学の中で使われる薬剤のこと、「中医学」は毛沢東の時代に

従来の中国伝統医学の医論の統合化がおこなわれて成立した中国医学のことです。中医学における診断・治療法では、患者一人一人に対して発現している症状や生理反応を細かく調べ、そこか

第5回 HAB 研究機構市民公開シンポジウム 漢方のお話

ら得た中医学的情報によって処方を組み立てていく“弁証論治”というやり方を行うので、処方が固定であることはありません。従って、患者によっては山のように生薬が配合されることがあります。それに比べて、日本の漢方薬というのは、「葛根湯」とか「桂枝湯」のように処方が既に決まっていますので、そこから逸脱しないということで中医学とは大きな違いがあります。当然、日本にも「生薬製剤」というものもあります。ツムラの「中将湯」は「漢方薬」ではなくて「生薬製剤」ということになります。



物凄い匂いがしたりしますので、駄目な人にとっては非常に耐え難いし、来客のときに嫌がられるなど、土瓶で煎じることにとても抵抗をもっている方は非常に多いのです。そこで土瓶煎じ薬と同じものを工業的に作れないか、それも乾燥した顆粒のような剤形にできないかということで、研究に研究を重ね、現在のエキス製剤が出来上がったのです。特に、土瓶煎と同じ品質を確保する点では非常に苦労しています。



研究所もあります。

これから、どのようにして「漢方エキス製剤」が製造されているかについてお話ししたいと思います。古来、漢方薬は土瓶で煎じて、飲まれていました。一日分の処方された生薬を、例えば「葛根湯」に配合される生薬を土瓶に入れて、そこにお水を入れます。そしてグラグラと煮てから滓を取り去って、さらに2分の1くらいにまで煮詰めて、それを一日3回に分けて飲むというやり方です。現代社会の中で、これができる方なら良いのですが、処方によっては

このスライドは茨城の株式会社ツムラの工場ですけれども、この中で漢方エキス製剤を作っています。ここを見学された方はお判りだと思いますが、かなり厳しく管理されており、抽出からエキス粉末の包装まで一切人の手を触れることがないというようなシステムなっています。人と接触することによって色々な細菌や異物が入ることがあるので、そういうことがないようにクローズな工場になっています。なお、このスライドでは見えませんがこの敷地の中に研