

文藝春秋

大正十二年一月三十日第三種郵便物認可
令和二年十二月一日発行(毎月一回日発行)
第九十八巻第十二号(十一月十日発売)

亡国の改革至上主義 藤原正彦

佐藤優「学術会議問題の本質」/民間臨調「検証・コロナ対策」十二月号



「感染予防」と「重症化予防」の切り札に

第三波に備える 漢方薬リスト

森 省歩

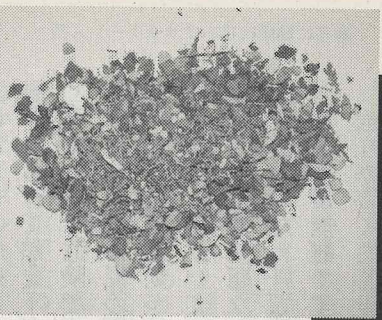
ジャーナリスト 感染症に効く薬で冬場を乗り切ろう



金沢大学の小川臨床教授

修琴堂大塚医院の
渡辺院長

清肺排毒湯の煎じ薬



新型コロナウイルス感染症にどう立ち向かい、これをどう克服していくか。この点については、ワクチンと治療薬の開発に期待が寄せられているが、残念ながら現時点ではまだ道半ばの状況にある。中でもワクチンについては、健康な人々に投与されるため、安全性のハードルは一段と高く、治療薬も含めて手詰まり感があることは否めない。

しかし、着目点や考え方を変えれば、眼の前の風景も変わってくる。例えば、人体に本来的に備わっている生体防御機能に着目し、その生体防御機能に働きかけることで、感染や重症化を未然に防ぐという考え方が、とりわけ後者については、たとえ感染しても軽症のうちに手を打つことができるという点で、人々の安心にも大きくつながっていく。

実は今、人体の生体防御機能に働きかける「感染予防」と「重症化予防」の新たな切り札が注目を集めている。古代中国にその起源を持つ日本独自の伝統医学「漢方」だ。長い歴史を持つ漢方専門医院として名高い修琴堂大塚医院の院長で横浜薬科大学特別招聘教授などを務める渡辺賢治医師もこう指摘する。

「漢方の歴史は感染症との闘いの歴史が刻まれています。今回の新型コロナウイルス禍に際しても、中国では清肺排毒湯をはじめとする新たな中薬が開発されました。その後、中国をはじめ台湾や韓国でも、それぞれ伝統医療にもとづく治療ガイドラインが相次いで策定され、独自の生薬を用いた伝統的治療が実施されているのです」

中国国家衛生健康委員会による今年二月の報告によれば、右の清肺排毒湯による治療が行われた全七百一症例における治癒率は実に九四％以上にも達している。また、新型コロナウイルスパンデミックの震源地とされた中国・武漢市で治療に従事した中医は約四千九百人いたが、各人が自分に合った中薬を予防的に服用したため中医からは一人の感染者も出なかったとの報告もある。

「漢方」の新たな切り札が注目を集めている。古代中国にその起源を持つ日本独自の伝統医学「漢方」だ。長い歴史を持つ漢方専門医院として名高い修琴堂大塚医院の院長で横浜薬科大学特別招聘教授などを務める渡辺賢治医師もこう指摘する。

「漢方」には病を未然に防ぐ「未病」という概念があります。基本となる

「冷え」が最もいけない

基本となるのは「バランスの取れた食事」「適度な運動」、そして「十分な睡眠」である。加えて、「ストレスを溜めないこと」も肝要だ。さらに言えば、漢方では免疫力を低下させる「冷え」を最も嫌う。季節に合った服装を常に心がけ、中でも腰から下を冷やさないこと。また、体を内側から温めるため、冷たい飲み物を避け、生野菜よりは温野菜、生姜や根野菜などを積極的に取ることも重要だ。言うまでもなく、喫煙者の場合、禁煙は必須となる。

新型コロナに効く漢方薬一覧①

【感染予防】—— 症状がない場合

◎基礎疾患なし

ぎよくへいふうさん 玉屏風散	普段から風邪を引きやすく、疲れやすくて顔色が悪い人。風にあたると寒気がする人
しょうみやくさん 生脈散	体力がなく、胃腸が弱く、汗をよくかく人
ほちゆうえつきとう 補中益気湯	体力がない人。疲労が溜まっている人

◎基礎疾患あり

肺疾患	にんじんようえいとう 人参養栄湯	肺機能の低下が進行していて全身衰弱を伴う人
	ほちゆうえつきとう 補中益気湯	疲労倦怠感が強く、食欲があまりない人
	ぎよくへいふうさん 玉屏風散	体力がなく、手足が冷えて、汗をよくかく人
心疾患	そしこうきとう 蘇子降気湯	痰が絡み、咳き込むと止まらず、顔が上気する人
	もくぼういとう 木防已湯	呼吸困難、喘鳴、浮腫を伴うような心機能低下がある人
	しょうみやくさん 生脈散	心疾患があり、胃腸も弱く、疲れやすい人
	けつぷちくおとう 血府逐瘀湯	血圧が高く、頭痛、頭重、肩こり、のぼせ、動悸などがある人
	しゃかんぞうとう 炙甘草湯	不整脈があり、疲れやすい人
	かんげんかりゅう 冠元顆粒	頭痛、頭重、肩こり、めまいなどがある人
	りやうけいじゆつかんとう 苓桂朮甘湯	動悸、息切れ、めまいを自覚し、下肢にむくみがある人
	ちやうとうさん 釣藤散	壮年以降の高血圧で、動脈硬化が進行しており、時に起床時の頭痛がある人
	はちみじおうがん 八味地黄丸	手足の冷えがあり、夜間頻尿がある人
	こぎくじおうがん 杞菊地黄丸	ほてり、口渇、めまい、視力低下などがある人
高血圧	けつぷちくおとう 血府逐瘀湯	頭痛、頭重、肩こり、のぼせ、動悸などがある人
	かんげんかりゅう 冠元顆粒	頭痛、頭重、肩こり、めまい、動悸などがある人
	はんげびやくじゆつてんまとう 半夏白朮天麻湯	めまい、頭痛、胸部やみぞおちのつかえ感がある人
	しんぶとう 真武湯	虚弱で冷え症、めまい、むくみ、動悸などがある人
	はちみじおうがん 八味地黄丸または牛車腎気丸	手足の冷え、腰痛、多尿、夜間頻尿、耳鳴りなどがある人
糖尿病	ろくみがん 六味丸	八味地黄丸や牛車腎気丸の場合と同じ症状だが冷えが強くはない人
	せいしんれんしん 清心蓮子飲	胃腸が虚弱で頻尿がある人
	しょうみやくさん 生脈散	虚弱体質、胃腸虚弱で、疲れやすく、食欲があまりない人
けつぷちくおとう 血府逐瘀湯または冠元顆粒	血圧が高く、動脈硬化が進行している人	

いリスクを抱えている人はなおさらです。ただし、発熱、咳、痰などの特有の症状が出た場合は、補剤としての漢方薬だけでは対応が難しくなりますので、漢方医などの診察を受けた上で適切な漢方薬を処方してもらう必要があります」（渡辺医師）

使える漢方薬をリストアップ

そこでご覧いただきたいのが次ページ以降にまとめた「漢方薬一覧」である。この表は渡辺医師が代表理事を務める漢方産業化推進研究会が今年五月に発表した未病漢方活用法を参考に、日本で入手可能なエキスを「感染予防」と「重症化予防」の二つのカテゴリーに大別して一覧に整理したもので、今回の小誌一覧表の作成にあたっては渡辺医師にあらためて監修をお願いした。

「この一覧表は、漢方産業化推進研
究会の漢方に詳しい会員の方々から意見を募集し、それらの意見を集約してまとめられたリストがもとになっています。まずはその点を踏まえ、た上で参考にしてください。また、予防のために漢方薬を服用する場合は原則として保険診療の対象とはならないため、意見の募集にあたっては漢方薬局などで入手可能な漢方薬も積極的に挙げていただきました。そのため、一覧表には医師が処方する漢方薬以外の漢方薬もリストアップされています。ちなみに、一覧表の注にあるエキス剤とは、漢方薬の原材料にあたる生薬を組み合わせて精製される顆粒剤、錠剤、カプセル剤などのことです」（渡辺医師）

以下、一覧表の実践的な活用法について述べていきたいが、まず知っておいていただきたいのは、ウイルスの増殖スピードは「ウイルスの曝露量」と「生体防御機能の強さ」で

決まる、という点である。

曝露量が少なく防御機能が強い場合、あるいは曝露量が多くても防御機能が強い場合には、そもそも感染しないか、感染しても無症状で終わるケースが少なくない。ところが、ウイルスに防御機能を突破され、ウイルスが体内で増殖を始めると、増殖のスピードやその量に応じて症状が出現することになる。

新型コロナウイルス感染症の症状は発熱、頭痛、咽頭痛、咳、痰、下痢（時として便秘）、嗅覚障害、味覚障害、食欲不振、尿量減少など実に多彩で、時に免疫暴走によるサイトカインストーム、血栓による心筋梗塞や脳梗塞なども引き起こす。このしたたかなウイルスの侵入や増殖を生体防御機能の強化によっていかに早く封じ込めるか——これが未病漢方による感染予防と重症化予防の最大のポイントになる。

新型コロナに効く漢方薬一覧②

◎その他のリスクあり

濃厚接触者	補中益気湯	元気がない人
	十全大補湯	普段から疲れやすく、血色が悪い人
	銀翹散	寒気を伴わない風邪症状がある人
虚弱高齢者	藿香正気散	むくみがちで胃腸が弱く、舌に白い苔が厚くついている人
	玉屏風散	普段から虚弱で、汗をかきやすい人
	補中益気湯	疲れやすく、食欲がない人
	十全大補湯	貧血気味で、疲れやすい人
	人參養栄湯	フレイル(虚弱)気味で、足腰が弱い人
	六君子湯	食が細く、十分な栄養が取れない人
	生脈散	脱水気味で、食欲がなく、息切れ、空咳がある人

[重症化予防]——症状がある場合

◎発熱

発熱初期	葛根湯	発症直後で、寒気があり、首のうしろがこっている人
	麻黄湯	寒気が強く、関節痛、腰痛などがある人
その他	麻黄附子細辛湯	高齢者で熱が出た人
	銀翹散	寒気が強くなく、いきなり熱が上がった人
	藿香正気散	悪寒、発熱、頭痛、胸のつかえ感、吐き気、下痢があり、舌に白い苔が厚くついている人。下痢を伴う場合は第一選択薬

◎咳、痰

熱が解いている場合	柴葛解肌湯	発熱後、咳が出始めた人
	麻杏甘石湯+小柴胡湯	気道狭窄があり、少し息苦しい人
	麻杏甘石湯+銀翹散	発熱、咳、痰を伴う人
熱が落ちている場合	小柴胡湯+桔梗石膏	喉が腫れて痛む人
	柴陷湯	胸部の痛みがある人
	蘇子降気湯	痰が絡み、息苦しい人

(注)本一覧は一般社団法人漢方産業化推進研究会版「新型コロナウイルス感染症(COVID-19)に対する未病漢方活用法」を参考に、渡辺賢治医師監修のもと、日本で入手可能な漢方薬(エキス剤)を新型コロナウイルス感染症の局面別(感染予防、重症化予防など)にまとめたもの

その上で、一覧表の第一カテゴリーにあたる「感染予防(症状がない場合)」について言えば、基礎疾患のない人は前述した養生だけでも対処可能だが、一覧表で指摘した傾向(風邪を引きやすい、疲労が溜まっているなど)がある場合は、傾向に応じた補剤を服用するといひ。

一方、基礎疾患のある人は、感染や重症化のリスクが高いため、日々の養生だけではなく、それぞれの疾患に応じた補剤を傾向に応じて服用することが推奨されている。この点は濃厚接触者、虚弱高齢者についても同じで、例えば、濃厚接触者(「三密状態」での酒宴への参加など身覚えのある人を広く含む)の場合は「元気がない」「血色が悪い」「胃腸が弱い」などの傾向に応じて、服用すべき補剤を選ぶことになる。

また、虚弱高齢者については一覧表にある補剤の服用とともに、フレイル(虚弱)を進行させないための対策も重要になってくる。渡辺医師も「高齢者の場合、外出を控える人が多く、生活が不活発になりがちです。そのため、自宅内でもできる運動を積極的に取り入れるとともに、朝・昼・晩の三食をきちんと取ることも、口腔ケアをしつかりすることも大切になります」と力説する。

身近な漢方薬局を探せ

次に、一覧表の第二カテゴリーにあたる「重症化予防(症状がある場合)」について言えば、前述したようにこの段階では一覧表にあるような補剤だけで対処することは難しくなるため、漢方産業化推進研究会では、医師の管理下で処方される漢方薬のガイドラインも作成している。

例えば、「発熱」の場合は、発熱から一日以内もしくは二日以内であ

れば、一覧表にある葛根湯か麻黄湯を服用するとともに、免疫増強作用を有するとされる薬用人参や冬虫夏草や霊芝などの生薬を併せて服用するのが望ましいとされている。一方、発熱から三日以上経っている場合、あるいは葛根湯か麻黄湯を三日間服用しても熱が下がらない場合には、柴葛解肌湯を解熱するまで服用するのが望ましいとされている。

では、感染予防も重症化予防も含めて、効果的かつ安全に漢方薬を服用するためには、具体的にどのような点に留意すればいいのか。

実は、一覧表で紹介したエキス剤は、成分量の多い医療用も含めて、一般のドラッグストアなどでも入手することができる。だが、自己判断での服用には危険も伴う。例えば、医療用エキス剤の場合、およそ七割にも上るエキス剤に「甘草」という生薬が使用されている。甘草が含ま

れているエキス剤を何種類も服用すれば、当然ながら甘草の摂取量が累積的に過剰となり、「手足のだるさ」「しびれ」「脱力感」などの副作用を被る恐れが出てくるのだ。

このような危険性の回避方法も含め、渡辺医師は最も効果的な服用方法についてこうアドバイスする。

「まず、基礎疾患のない人が感染予防として漢方薬を服用する場合は、漢方に詳しい薬剤師がいる薬局に向き、薬剤師に相談した上で服用してください。とくにオスメなのが漢方薬を専門的に扱っている『漢方薬局』です。ぜひとも一度、身近な漢方薬局の所在を確認してみてください。品質の劣悪な漢方薬をネットで高額販売する便乗商法の被害に遭わないためにも、漢方に詳しい地域の薬剤師をフルに活用して、安全な感染予防に役立ててください」

実は、漢方産業化推進研究会では

こすある種のインターロイキンの産生を抑制することなどが、動物実験によって明らかになっています。同様に、十全大補湯はウイルスを攻撃するナチュラルキラー細胞の働きを改善する一方、過剰な免疫反応を抑制して炎症を予防することなどが、ヒトを対象とした私たちの研究によって明らかになってきました」

ただし、その服用については一定の注意や工夫が必要だという。

「右に挙げた補中益気湯と十全大補湯については、例えば、がんの患者さんをはじめとして、免疫に異常が起こるような基礎疾患のある人、あるいは感染リスクの高い人などに対する感染予防薬としても使える可能性はあります。しかし、漢方薬もれば養生で十分な場合もあります。また、基礎疾患のない人、その他のリスクのない人などは、副作用防止

全国網羅的な「信頼できる漢方薬局リスト」を作成している。当然、このリスト以外にも信頼に足る漢方薬局は数多く存在するが、一つの参考情報として同リストを文春オンラインで紹介しているの、そちらもぜひ参考にしてください。

漢方医にかかるメリット

「次に、基礎疾患のある人や初期症状のある人は、漢方に詳しい医師の診察を必ず受けた上で漢方薬を処方してもらってください。漢方医は証（もともとの体質、病気に対する反応なども含めた患者の状態）を詳しく診た上で、独自に調達した生薬を組み合わせているなどして、その患者に合った漢方薬を『煎じ薬』などとして処方することもあります。患者の証は個々に違うため、症状だけでは判断が難しいのです」（渡辺医師）

の観点から、とくに漢方薬を服用する必要のないケースもあります」（小川医師）

未病漢方という選択肢

さらに、小川医師は「この間、日本感染症学会には、新型コロナウイルス感染症に対して治療効果があったとされる日本国内での症例も論文として報告されています」とした上で、次のように指摘する。

「症例報告は西洋薬が使われたケースも含めて七十二ありますが、そのうちの五例で麻黄湯や葛根湯、大青龙湯、越婢加朮湯などの麻黄剤（麻黄を含む漢方薬）が投与されていました。経過観察中には、これらの漢方薬以外に抗ウイルス剤やステロイド剤など各種の西洋薬も投与されていました。報告からは麻黄剤が重症化予防に一定の効果を示すことが

もつとも、漢方医などが生薬を独自に調合する場合、保険が適用される生薬だけではカバーしきれないこともある。例えば、前述した清肺排毒湯を調合するためには保険適用外の数多くの生薬が必要になってくる。このようなケースではいわゆる自由診療での処方となるため、保険適用の可否も含め事前に各医院に問い合わせをされるといい。

実は、新型コロナウイルス感染症に対する漢方薬の作用メカニズムについては、複数の有力なエビデンスがすでに論文として報告されてもいる。

金沢大学附属病院漢方医学科臨床教授で、漢方薬の免疫学的研究にも詳しい小川恵子医師が独自の見解とともに解説する。

「例えば、補中益気湯は免疫力の賦活に関わるインターフェロンの産生を促進するとともに、炎症を引き起

推定できます。また、二つの症例では、葛根湯と小柴胡湯を合わせた、柴葛解肌湯に近い漢方薬の処方が効果を示しており、『傷寒論』に書かれているように、やはり患者さんの病状のステージに応じた処方が効果的だと考えられます。ただ、麻黄剤については、とくに高齢者では副作用が出る可能性が高いので、自己判断で服用するのは避けましょう」

医療の現場では今、レムデシビル（抗ウイルス薬）などの西洋薬を使って、新型コロナウイルス感染症を初期段階で抑え込む治療が試みられている。成功例も増えつつあるとされているが、決定打となるような西洋薬はまだ存在せず、手探り状態にあるというのが実情である。

その意味でも、人体に宿る生体防御機能そのものに働きかける「未病漢方」の知見は注目に値する。