

アンチエイジング医学の 基礎と臨床

改訂2版

■編集

日本抗加齢医学会
専門医・指導士認定委員会

MEDICAL VIEW

アンチエイジング(抗加齢)医学に基づく生活習慣改善指導／
漢方・メディカルハーブとアンチエイジング

漢方医学とアンチエイジング

高齢者医療における漢方の利点

高齢者社会から超高齢社会を迎えようとしているわが国の医療のなかで、漢方医学に対する期待が高まっている。その理由はなんだろうか。一口に高齢者といっても厳格に線引きをすることは難しい。暦の年齢と肉体年齢に格差があり、個人差があるので、老化というものを一律に定義することは困難である。しかし個人個人をみれば年々諸臓器機能の低下、予備能力の低下は避けられず、疾患一つだけの単純なものではなく、同時に複数の疾患を有していることがある。こうした背景から老年疾患の多くは根治治療が困難であり、症状の除去が治療の主目的となる。また、診断が確定しにくく、特定疾患が同定されなくても種々の自覚症状を訴える。さらに薬の代謝・反応性が若年者と異なり、多数の薬剤を服用することで副作用が出やすい。上記のような理由から、通院を要する高齢者は複数の診療科から複数の薬剤をもらっていることが多く、それが医療費高騰の原因となっていることも事実である。

それに対して漢方は、体全体の機能を考えて治療法が決定されるために、病因・病態の明らかでない場合にも治療ができるという特徴がある。この点が西洋医学との大きな相違点である。すなわち西洋医学では、治療方針は診断に基づいて決定されるのに対し、漢方医学では診断ではなく、個別の状態(証)を判断し、治療が決定される。この証は個人差を重視した診断体系であるため、暦年齢にかかわらずその人の持っている機能を最大限に引き出しながら治療を行っていく。また、高齢者では複数臓器の機能が

衰えているが、基本的には一つの薬剤で対処する。一つの薬剤といっても実は多くの生薬から構成され、さらに一つ一つの生薬が多数の成分を含んでいる。よって標的臓器も当然複数になる。この点においてまた、作用は自然であり、副作用が少ないことも高齢者にとって利点である。高齢者にとって、漢方が良い理由のもう一つは免疫賦活作用である。年齢とともに、自然免疫を中心として免疫機能が低下していくが、漢方薬全般的に免疫能を上げる働きがある。

高齢者によく用いられる漢方薬(表1)

高齢者の種々の愁訴によく用いられる薬として八味地黄丸があげられる。この薬は別名、八味腎気丸ともよばれ、腎の気を補うものである。腎の気というのは、「先天の気」ともよばれ、その人が生まれつきもっているエネルギーであり、それが衰えてくる＝老化ということになる。八味地黄丸は、糖尿病、高血圧、前立腺肥大、腰痛、陰萎、白内障、耳鳴などのさまざまな疾患に対応する。しかしながら、これらの病名は後からあてはめたものであり、漢方医学的にいうと八味地黄丸は「腎虚」の薬、ということになる。伝統医学的には、腎虚の状態は、精力減退、下肢筋力低下、視力低下、脱毛、排尿異常、陰萎、耳鳴など、老化に伴うさまざまな症状を指す。こうした症状に対処するのが腎虚を補う八味地黄丸ということになる。ここで注意を要するのは、老化にも2つのパターンがあり、胃腸の機能が保たれたまま動脈硬化などが進行していく場合と、胃腸の働きが弱

表1 高齢者によく用いられる漢方薬

1. 慢性胃炎
人參湯, 四君子湯, 六君子湯, 安中散, 補中益氣湯, 半夏白朮天麻湯
2. 便秘
(大黃の入っている漢方薬)大黃甘草湯, 麻子仁丸, 潤腸湯, 桂枝加芍藥大黃湯
(大黃の入っていない漢方薬)大建中湯, 加味逍遙散, 香蘇散
3. 下痢
真武湯, 人參湯, 啓脾湯, 小建中湯, 大建中湯
4. 腰痛
八味地黄丸, 疎経活血湯, 芍薬甘草湯, 桂枝加朮附湯
5. 膝痛
防己黄耆湯, 疎経活血湯, 桂枝加朮附湯, 越婢加朮湯
6. 前立腺肥大, 尿失禁
八味地黄丸, 真武湯, 苓姜朮甘湯, 桂枝加竜骨牡蛎湯
7. 不眠
抑肝散, 抑肝散加陳皮半夏, 酸棗仁湯, 桂枝加竜骨牡蛎湯
8. 乾皮症
当歸飲子, 消風散, 温清飲, 十味敗毒湯
9. 冷え症
真武湯, 八味地黄丸, 麻黄附子細辛湯, 当歸四逆加呉茱萸生姜湯
10. 慢性気管支炎
麦門冬湯, 竹筴温胆湯, 滋陰至宝湯, 苓甘姜味辛夏仁湯

てやせ衰えてしまう場合である。八味地黄丸が適応となるのは前者の場合であって、胃腸虚弱の高齢者には使えない。それは、主生薬である地黄に含まれるイリドイド配糖体が胃もたれをきたすからである。

逆に胃腸から老化して、消化吸収能力が衰えてくるタイプには真武湯がよく使われる。真武湯は胃腸機能が低下し、冷え・食べ過ぎで下痢を起こす人に用いられる。典型的な下痢は、朝方冷えると便意を催すもので、「鶏鳴下痢」「五更(午前4時～午前6時)瀉」ともよばれる。夜明けに下痢する人はまれであるが、午前中に下痢を2～3回する人はよく見受けられる。こういうタイプの高齢者にもっぱら用いられるのが真武湯である。頻尿に対しても冷えがそのもとにある場合が多く、やはり八味地黄丸と真武湯を使い分ける。

八味地黄丸も真武湯もどちらも附子(トリカブト)が配合されている。附子は鎮痛作用のほか、体を温める作用があり、新陳代謝の落ちている高齢者には有用な生薬である。また逆に便秘を

訴える高齢者も多い。若い頃と違って体内の水分がだんだん減ってくるのが老人の特徴であるが、腸管の細胞内水分が不足し、乾燥気味になり便秘になるケースが多い。このような場合によく用いられるのが潤腸湯・麻子仁丸である。便秘で、ころころした乾燥した便が少しずつ出るような場合にはよく使用される。

また、腰痛、関節痛など痛みに対しても漢方は有効である。腰痛に対してやはり八味地黄丸、疎経活血湯、当歸四逆加呉茱萸生姜湯などが用いられる。牛車腎気丸は痛み、しびれによく使われるが、八味地黄丸に牛膝・車前子という二つの生薬が加わったものである。

変形性膝関節症には越婢加朮湯と防己黄耆湯がよく用いられる。実証の人で、局所の炎症で発赤や熱感のある場合には越婢加朮湯を用い、水が溜まって定期的に抜かなくてはならないような場合には防己黄耆湯が良い。実地の診療ではこの二つを組み合わせることもある。

(渡辺賢治)

文献

- 1) 現代のエスプリ「21世紀の漢方医学」. 慶應義塾大学漢方クリニック編集, 2004, 至文堂, 東京.
- 2) 渡辺賢治: 漢方でみんな元気に. 幸齢化を支える医学 2005; 6: 43-84.
- 3) 大塚敬節, 矢数道明, 清水藤太郎: 漢方診療医典, 2001, 南山堂, 東京.
- 4) 大塚敬節: 新装版「漢方医学」, 2001, 創元社, 東京.