



漢方から健康へのアプローチ

～高齢者と漢方～

平成30年 1月27日(土)
医療法人 小川内科医院
島 仁

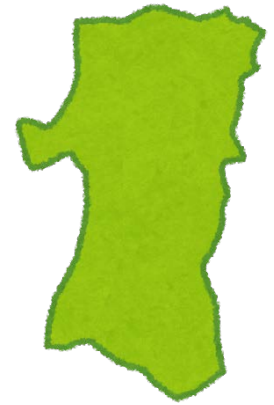
～本日のお話の内容～

- ① 秋田県の高齢者の現状
 - ② 高齢者疾患の特徴と漢方治療の特徴
 - ③ 漢方治療の考え方
 - ④ 高齢者への実際の処方
 - ⑤ フレイルと在宅医療に対する漢方薬
- 

秋田県の高齢者の現状

総人口： 99万3,374人

65歳以上人口： 35万1,076人



(平成29年10月1日現在)

高齢化率：33.8% ➡ 全国1位

2040年予想高齢化率：43.8%

➡ 全国1位

(秋田県年齢別人口流動調査結果より)

秋田県の高齢者の現状



(厚生労働省: 生命表より抜粋)

平均寿命

健康寿命

男性	79.51歳 (全国46位)	8.8年	70.71歳 (全国39位)
女性	86.38歳 (全国44位)	10.95年	75.43歳 (全国3位)

未病を治す漢方



日常生活に制限がある期間



高齢者の病気の特徴

- ① 病気になりやすく、慢性化しやすい
- ② 複数の病気を持っている（認知症）
- ③ 合併症を起こしやすい（寝たきり）
- ④ 意識障害を起こしやすい
- ⑤ 脱水を起こしやすい
- ⑥ はっきりした症状がない
- ⑦ 薬の副作用が出やすい

高齢者の服薬数

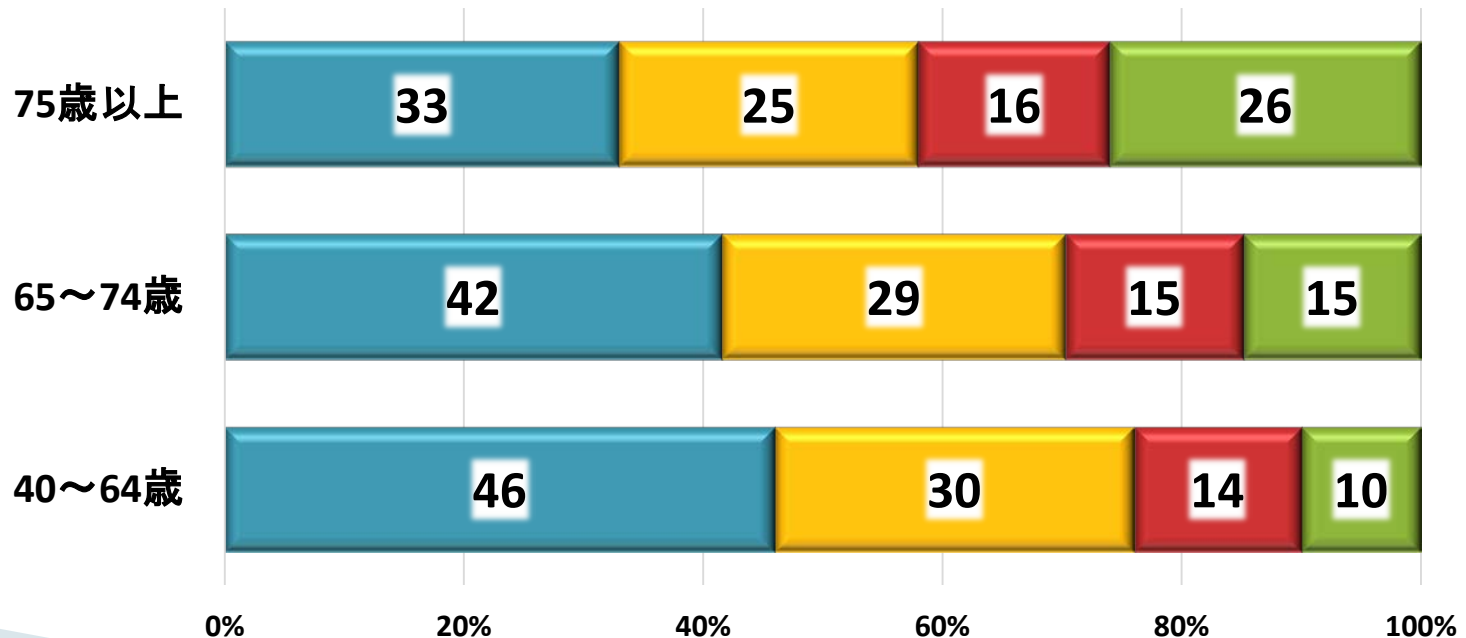
病気になりやすい ➡ 薬の数が多い

65歳以上から7個以上の薬を受け取る割合が増え、75歳以上では約4人に1人になる



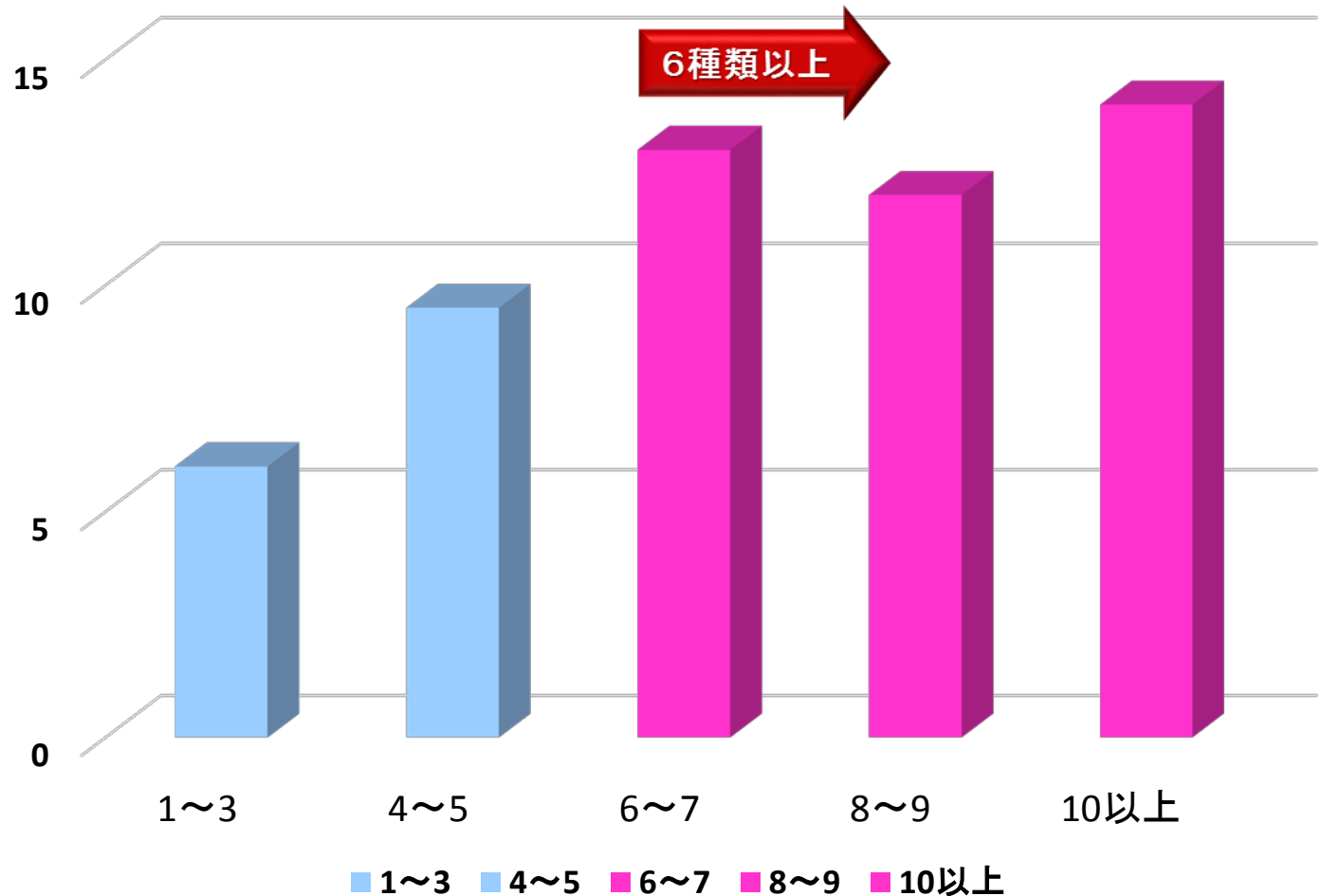
一人の患者が1ヶ月に1つの薬局で受け取る薬の数

■ 1～2個 ■ 3～4個 ■ 5～6個 ■ 7個以上

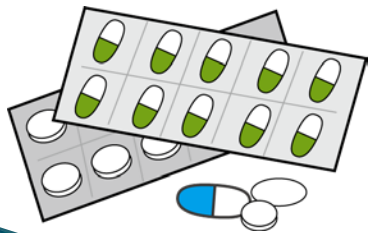


副作用が起こりやすい

薬の種類と副作用の頻度との関係



処方される薬が
6個以上になると、
副作用を起こす
人が増える



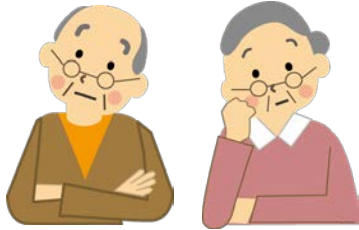
漢方治療

- ・「証」を決定  病名を診断するのではなく
状態を診断する
- ・四診（望診、聞診、問診、切診）
- ・虚実、陰陽、寒熱、表裏、気血水

高齢者は、「虚」「陰」「寒」が多い

漢方医学の考え方

漢方医学って、西洋医学とどう違うのですか？



漢方医学では、
人体の構成要素を

- ・気（エネルギー、機能）
- ・血（栄養成分）
- ・水（津液、潤い成分）

の三つとして考えます。



漢方医学的な考え方

人間を木に例えると

各臓器は、気・血・水という
三つの構成要素により
円滑に機能する。



気・血・水のバランスが
保たれていると身体は円
滑に機能する。



どのようにバランスを崩すのか①

① 身体に必要なものが不足する状態

気の不足



気虚

・元気がない、疲れやすい、食欲不振



血の不足



血虚

・貧血、皮膚の乾燥、不眠



水の不足



陰虚

・脱水症状、口の乾燥、落ち着かない



どのようにバランスを崩すのか②

② 身体に不必要なものが過剰になる状態

気の滞り



気 滞

・抑うつ、イライラ、お腹が張る



血の滞り



血 滞

・いつも同じところが痛い、静脈瘤

水の滞り

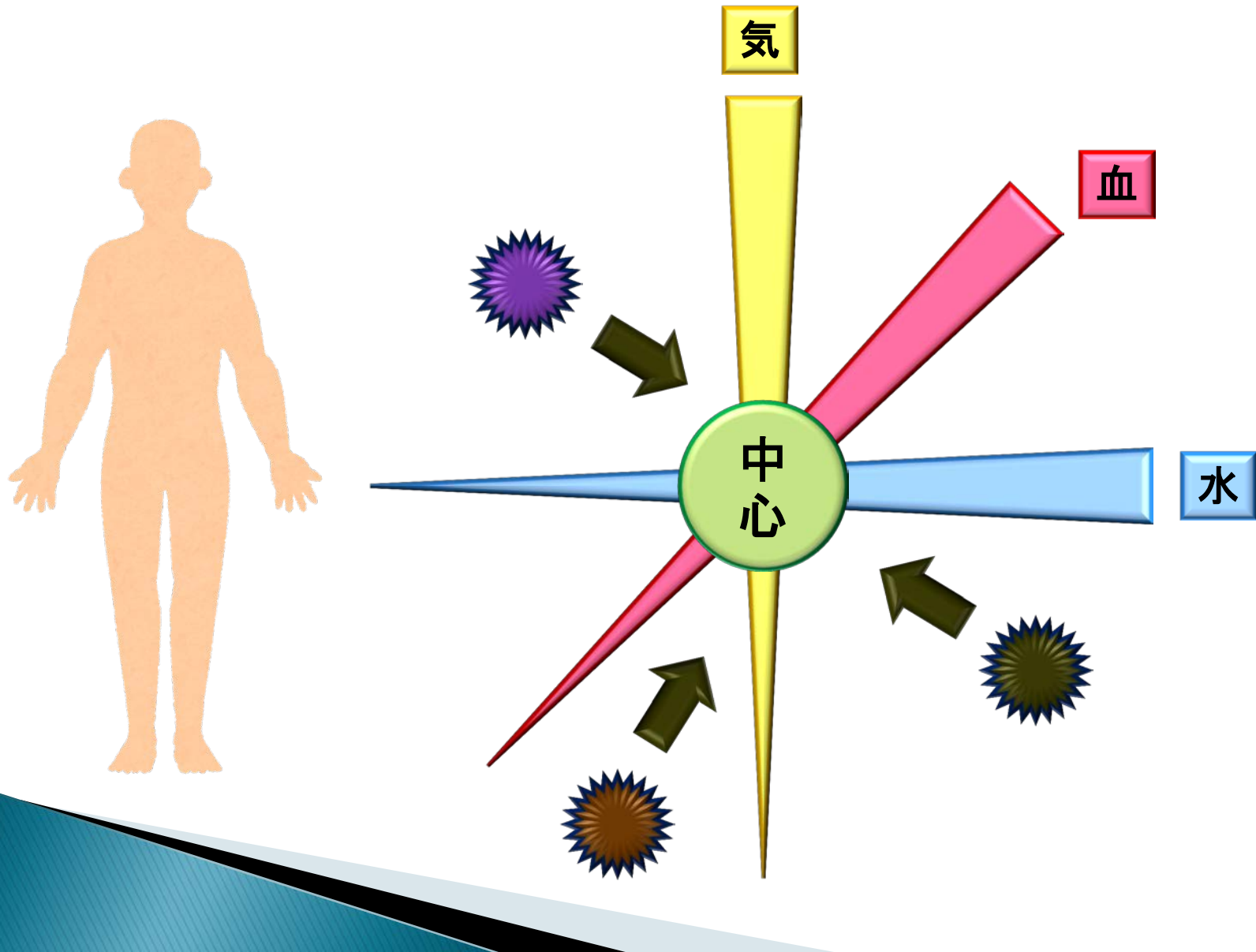


水 滞

・むくみ、体が重だるい



「気・血・水」のバランス



パンダも使った漢方

1972年

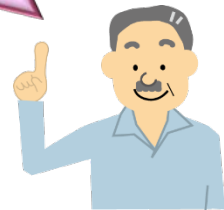
初来日したカンカン（康康）とランラン（蘭蘭）
ところが、来日10日後にカンカンが風邪！



どういう治療をすればいいのか...？



中国生まれだから、漢方はどうだろう！



漢方薬を与えてみたところ



すっかり
元気になりました

元気がなく、気虚だとわかったら

どうすれば
良いでしょうか？



気(エネルギー)が足りないなら

～「気」を増やす生薬を入れよう～



・人參

・白朮

・茯苓

・甘草



気虚に対する代表的な漢方薬

気虚 ～気を補う漢方薬～

- ・補中益気湯
- ・六君子湯

気血両虚 ～気と血を補う漢方薬～

- ・十全大補湯

六君子湯

構成

半夏：消化機能促進、吐き気止め

茯苓：消化吸収補助、利尿作用、気を補う

人参：元気を補う

白朮：消化吸収補助、気を補う

陳皮：食欲増加、消化管運動促進

大棗：元気と潤いを与える

甘草：胃腸の補助、諸薬の調和、気を補う

生姜：胃腸の補助、吐き気止め

漢方治療に取り組んだ きっかけ

大柴胡湯合茵陳蒿湯による総胆管結石の治療

患 者:70歳代 男性

主 訴:黄疸、便秘、全身倦怠感

現病歴:食後の上腹部つかえ感、便秘、倦怠感、嘔声が出現。
皮膚黄染も指摘され初診。

所 見:身長154cm、体重54kg。
皮膚－乾燥し黄疸色、掻痒あり
舌－やや乾燥し、厚い黄苔あり
脈－やや沈・細
腹症－胸脇苦満高度、心下痞硬あり

経 過:諸検査で胆石による急性胆のう炎と診断したが、入院の同意が得られず大柴胡湯合茵陳蒿湯を処方した。半年後に症状が再燃し、総胆管にも結石を認めたため、摘除術の準備をしていたところ、自然に排石され症状も改善した。

エビデンスとは

「科学的根拠」

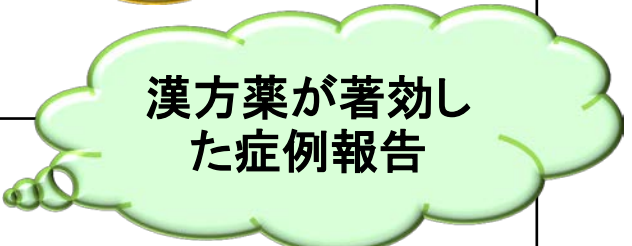
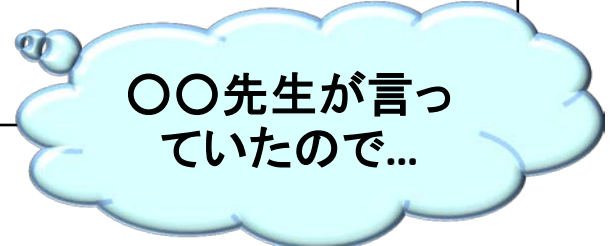
客観的な評価による比較に基づき、
患者さんと一緒に治療方針を選択する

これが**EBM**です



- ・誰に: どのような**患者さん**に
- ・何をすれば: **どんな治療**をすれば
- ・他と比べて: **他**の治療や何もしない場合**と比べて**
- ・どうなるか: **結果**がどうなるか

エビデンスレベルの分類

I a	システマテックレビュー	
	メタアナリシス	
I b	ランダム化比較試験	
II a	非ランダム化比較試験	
II b	その他の準実験的研究	
III	非実験的記述的研究	
	(比較研究、相関研究、症例対照研究など)	
IV	専門家委員会や権威者の意見	

高齢者の安全な薬物療法 ガイドライン2015

- ① 抑肝散
- ② 半夏厚朴湯
- ③ 大建中湯
- ④ 補中益気湯
- ⑤ 麻子仁丸

「日本老年学会」の
ガイドラインで
高齢者に対する
有効性が確認された
薬剤です



抑肝散が著効した認知症の陽性症状

患 者:80歳代 女性

主 訴:不穏、多弁、徘徊

現病歴:平成25年頃から物忘れが目立つようになり、落ち着きなく動き回り転倒したり、家族に何度も同じ事を聞き返したりするようになった。平成26年に認知症の診断で西洋薬を開始したが効果なし。

所 見:身長141cm、体重52.0kg。

皮膚－顔色は白く、皮膚は浸潤

舌－薄い白苔あり

脈－浮弦

腹症－臍左側の腹直筋が緊張。左腹拘急あり。

経 過:抑肝散の併用を開始、1ヶ月後には不穏行動や徘徊が少なくなり、穏やかに過ごせるようになった。

抑肝散

認知症（アルツハイマー型、レビー小体型、
脳血管型）に伴う、行動・心理症状のうち、易
怒、幻覚、妄想、昼夜逆転、興奮、暴言、暴力
などのいわゆる陽性行動に有効

半夏厚朴湯で咽頭部違和感と嚥下機能が改善した例

患 者:70歳代 女性

主 訴:咽頭部の違和感、飲み込み時のむせ

現病歴:精神的なストレスを機に咽頭部の違和感が出現した。様子をみていたが改善せず、飲食時に飲み込みが悪く、時にムセることも増えてきた。誤嚥性肺炎の既往あり。

所 見:身長158cm、体重50kg。

皮膚ー浸潤

舌ー舌苔なし

脈ー遅

腹症ー腹壁に力なく、胃内水停あり

経 過:上部消化管内視鏡検査で食道や胃に所見がないことを確認し、誤嚥予防のため半夏厚朴湯を処方した。2週間後の受診時には咽頭部違和感は軽減していたが、時々ムセがあったため、継続処方とし、誤嚥性肺炎の再発はない。

半夏厚朴湯

誤嚥性肺炎の既往を有する患者における嚥
下反射・咳反射を改善させ、肺炎発症の抑制
に有効

大建中湯が有効であった術後腹部膨満の例

患 者:70歳代 女性

主 訴:下腹部膨満感、便秘、全身倦怠感、イライラ感

現病歴:高血圧症、便秘、胃炎、うつ病あり。50歳頃到大腸潰瘍で右半結腸切除術+胆のう摘除術を施行、術後癒着による腸閉塞を繰り返し、平成19年、22年、23年と入院での保存的治療で軽快していた。

所 見:身長147cm、体重39.5kg。

皮膚—黄染や貧血なし

舌—地図状苔あり

脈—沈

腹症—腹壁は柔らかく、腸ぜん動あり。裏寒虚証

経 過:今まで飲んでいた7剤を中止し、大建中湯を開始。1週間後には自覚症状が改善、不眠やイライラ感、全身倦怠感も消失した。

大建中湯

**脳卒中後遺症における機能的便秘、
腹部術後早期の腸管蠕動運動促進
に有効**

大建中湯とは…

心胸中大寒痛、嘔不能飲食、腹中寒、
上衝皮起、出見有頭足、上下痛而不可
触近、大建中湯主之。

「金匱要略」



「きんきようりやく」とは、1,800年前の医書です

補中益気湯が著効した食欲低下の例

患 者:80歳代 男性

主 訴:強い倦怠感、食欲低下

現病歴:以前から暑気あたりを繰り返していた。平成23年8月から食欲が低下、9月になっても改善せず、倦怠感や手足の怠さで動くことも困難になった。

所 見:身長172cm、体重46.2kg。

皮膚－顔色は白く、皮膚は乾燥

舌－淡紅で舌苔なし

脈－沈

腹症－腹壁は柔らかく、上腹部に拍動を触知

経 過:補中益気湯を処方し、2週間後には食欲が改善し始め、4週間後には倦怠感も軽減した。体力維持のため、継続処方したところ、翌年の夏は食欲低下なく過ごせた。

補中益気湯

慢性閉塞性肺疾患における自他覚
症状、炎症指標及び栄養状態の改
善に有効

補中益気湯

構成

黄耆 元気を補う

白朮 消化吸収補助、気を補う

人参 元気を補う

升麻：増した気を巡らせる

大棗：胃腸の補助

柴胡：増した気を巡らせる

当帰：血を補い、巡らせる

生姜：胃腸補助、吐き気止め

陳皮：食欲増加、消化管運動促進

甘草 胃腸の補助、諸薬の調和、気を補う

便秘症の高齢者が麻子仁丸で改善した例

患 者:90歳代 女性

主 訴:廃用症候群、便通異常

現病歴:多発性脳梗塞と廃用症候群で活動性が低下し、ほとんど寝たきり状態。便秘に対し西洋薬を処方されていたが、効きすぎで軟便になることが多くなった。

所 見:身長141cm、体重51kg。

皮膚－乾燥

舌－白い舌苔あり

脈－遅

腹症－腹壁は柔らかく、力がない

経 過:高齢であり体力も低下しているため、西洋薬を中止し、麻子仁丸を処方した。変更後の1週間程度は、便秘をすることがあったが、2週間目から排便のリズムが整ってきた。下痢や腹痛の訴えはない。

麻子仁丸

高齢者の便秘に有効

漢方治療の適応と不適応

一般的適応

- ・免疫的異常の関与する疾患
アレルギー性疾患
「風邪をひきやすい」など
- ・虚弱体質・無力性体質者
- ・心身症傾向のあるとき
- ・高齢者
- ・症状を説明するような異常のない例
- ・現代医学的治療の無効な例

不適応

- ・悪性腫瘍など手術適応の明確な例
- ・緊急度が高い例

西洋医学と漢方医学の併用

西洋医学

診断：診察所見と検査所見（血液検査、X線写真、心電図、CTなど）から総合的に判断

治療：内服薬、点滴、手術など



漢方医学

診断：問診、舌を見て（舌診）、脈を触って（脈診）、腹を触って（腹診）判断

治療：漢方薬など

フレイルの原因

筋肉量の減少
(身体能力の低下)

低栄養
(体重減少)

社会的孤立
(閉じこもり)

- ・認知症
- ・COPD
(慢性閉塞性肺疾患)
- ・循環器疾患
- ・糖尿病



- ・眼科疾患
- ・耳鼻咽喉科疾患
- ・骨粗鬆症
変形性膝関節症
- ・腎機能障害

食事療法

運動療法

漢方治療

人參養栄湯 など

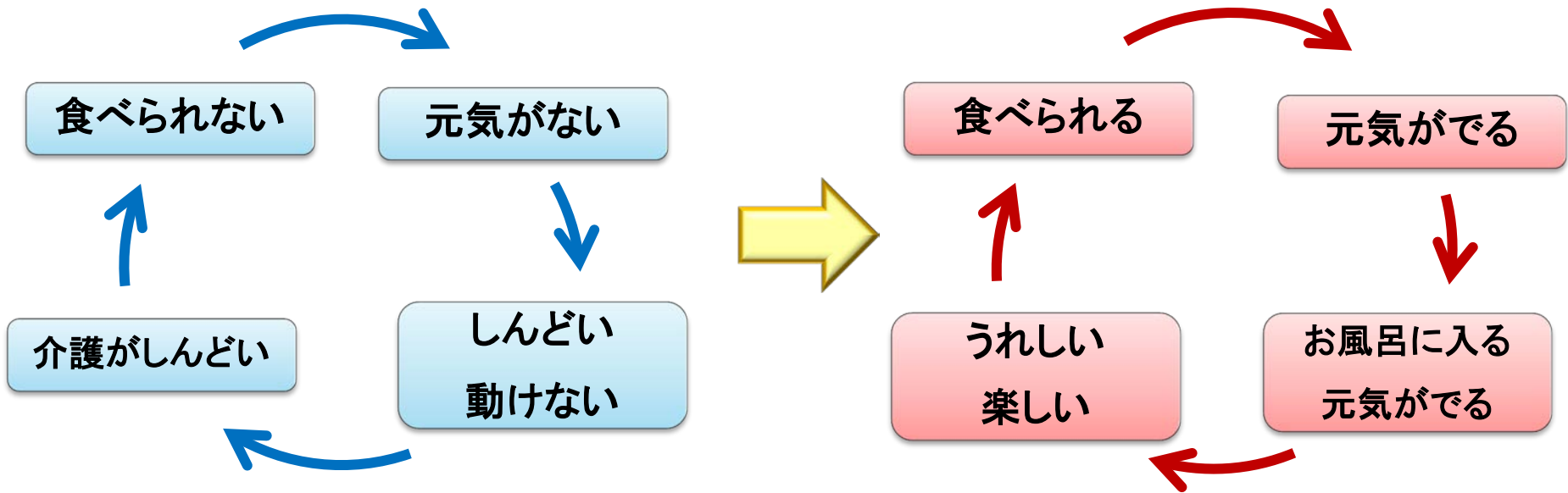
在宅漢方

昨年、90歳代の女性の訪問診療をしていました。10年前、ご主人に先立たれて一人暮らしをしている、大腸がん、肺がんの終末期の方でした。次第に食べられなくなり、歩くことも難しくなったため、訪問看護師さんやヘルパーさんと協力しながら、在宅医療を開始しました。

自宅へ伺うと、ベッドに横たわったまま「先生、食べられなくて痩せてしまって、トイレに行くのも大変。また、ご飯を美味しく食べたい。」と仰いました。

そこで、今まで飲んでいた薬を全て中止し、「六君子湯」と「十全大補湯」を処方してみました。すると、少しずつですが好物が食べられるようになり、体力が戻って入浴もできるようになり、訪問すると笑顔を見せてくれるようになりました。残念ながら、病気の進行には勝てずに他界されましたが、心配していた疼痛も少なく、最後まで自宅で過ごすことができました。

在宅漢方の目指す循環



高齢者疾患と漢方治療の特徴

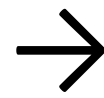
高齢者疾患の特徴

①個人差が大きい



個人の証にあった薬剤を投与する

②免疫能が低下している



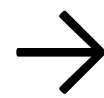
漢方薬には免疫賦活作用を有するものが多い

③慢性疾患が多く、同時に複数の疾患をもっている



薬効が緩徐で副作用が少なく、1つの薬剤が多くの薬効を有する

④自覚症状があっても診断がつかない例がある



診断名が確定しなくても、症状に応じて治療が可能

まとめ

- ① 高齢者は多くの疾患を有することが多く、一つの方剤が多くの薬効を持つ漢方は、薬剤数を減らせる場合がある。
- ② 個々の患者さんの証を決め、オーダーメイドの医療を提供できる。
- ③ 西洋医薬に比べて有害事象が少なく、長期間の投与ができる。
- ④ 生体防御機能向上や免疫賦活作用があり、フレイル対策に有効。
- ⑤ エビデンスの蓄積で、有効性のある漢方が増える見込みあり。