

## 生薬の話 (10) : 「<sup>しんい</sup>辛夷」

かねてから見てみたいと思っていたカタクリの花が咲いているということで、先日低山を歩いてきました。紫色の可憐な花が、斜面一面に絨毯のように咲き乱れる様をみて、念願がかなったと大変嬉しく思いました。山道を歩いていると、葉がでていないため、遠目にはちょうど白い大きな蝶々が舞っているようにみえた花がありました。案内してくださった方から、こぶしの花であることを教えてもらいました。このこぶしですが、<sup>しんい</sup>辛夷とかきます。わが国では、このこぶしの花の蕾を、中国で薬用とされている辛夷にあて、薬として用いていたようです。しかし現在では使用しておらず、日本産のものとしては、同じモクレン科のタムシバを用いています。中国の辛夷は、同じモクレン科の植物でも、日本産のものとは異なります。中国では、つばみが筆の頭に似るので、木筆とも、また春最も早く咲く花ということで、迎春とも呼ばれているとのこと。迎春とは良いネーミングですね。辛夷は『<sup>しんのうほんぞうきょう</sup>神農本草経』では上薬として、「からだの各所の感染、感染による頭痛、顔の黒味を治す。長く飲むとのぼせをとり、体を軽くし、目をはっきりとさせ、寿命がのび、老いに耐えるようになる」とその効果が記載されています。また後代の書物には、「顔の7つの穴（目・耳・鼻・口）をよく通して、頭痛、顔面の黒味、顔面の腫れ、歯痛、めまい」に対する効能をあげています。7つの穴の中でも、特に鼻の病気に好んで用いられています。よく使う処方に、<sup>かつこんとうかせんきゅうしんい</sup>葛根湯加川芎辛夷、<sup>しんいせいはいとう</sup>辛夷清肺湯があります。山野を歩きながら、生薬の原料になる植物に出会うのも楽しいですよ。機会を見つけて是非。

(担当: 佐藤 弘)

## ～お知らせ～

### 専門外来のお知らせ

東洋医学研究所では、特定の疾患に対する治療をより効果的にご提供するために、専門医師による下記の専門外来を設置しております。

鼻アレルギー外来 (丹波医師) 毎月第1金曜日

卒煙 (ニコチン依存症) 外来 (西條医師) 毎週木曜日午後

なお、各専門外来の診療日時が変更になる場合がありますので、受診に際しましては窓口までご確認の上ご予約くださいますようお願い申し上げます。

(担当: 中川秀二)

## 編集後記

ジメジメした梅雨の季節、気分も憂鬱になりやすい時季ですが、新しい傘でも買って少しでも気晴らし……なんて如何ですか？

(担当: 横山、高田、近田、棚田)

発行所: 〒163-0804 東京都新宿区西新宿2-4-1 新宿NSビル4階 東京女子医科大学 附属東洋医学研究所

TEL 03-3340-0821 <http://www.twmu.ac.jp/IOM/index.html>

(発行責任者) 所長 佐藤 弘

第12号 2006年6月

広報誌

# 天地人

発行元: 東京女子医科大学 附属東洋医学研究所・NS 鍼灸室

## 漢方コラム

## ニキビと漢方

みなさんも一度は経験のある皮膚病—ニキビのお話です。ニキビは“青春の象徴”と言われるように、多くは思春期ごろからではじめ、25歳すぎより自然に治るものとされてきました。しかし近年、30歳台になってもニキビが治らないという悩みを持つ方が増えてきています。思春期のころのニキビは性ホルモンによって皮脂が増え、アクネ菌の増殖を伴って生じると考えられていますが、この“大人ニキビ”は皮脂の増加だけでなく、生理周期との関係や胃腸の状態、紫外線による肌ストレス、日々の不規則な生活で生じる体へのストレスなど、様々な原因が重なっておこるために治りにくいようです。このような場合は、抗生物質軟膏の外用やビタミン剤の内服などの一般的治療では効果が少ないため、完治には体内のアンバランスを

整える、漢方薬がおすすめです。

漢方医学では「<sup>きけつすい</sup>気血水」の概念がありますが、女性のニキビは中でも「血」の異常に伴っておこりやすいため、血めぐりを改善する必要があります。

そのひとつに、桂枝茯苓丸加薏苡仁 (ケイシブクリョウガンカヨクイニン) という処方があります。顔のまわりにニキビができやすく、生理不順がある方などに使います。血めぐりを改善させ、消炎、排膿させる作用があるため、徐々にニキビができにくくなり、生理痛なども解消していきます。

自分の体質に合った漢方をとり入れることで、体の中からもトータルスキンケアを目指してみませんか。

(担当: 内山麻理子)

## 【ちょっと質問コーナー】

### 「卒煙外来とは何ですか？」

喫煙は自分だけでなく周囲の人の健康も損ないます。けれど禁煙したいと思っていてもなかなか踏み切れないもの。なぜなら喫煙は単なる習慣ではなくニコチン依存症という病気だからです。喫煙者に朗報です。今年4月から禁煙治療に健康保険が使えるようになりました。当院では「リセット禁煙」という吸いたい気持ちをなくし、楽に禁煙できる方法を取り入れています。何度も禁煙に失敗した、ストレスが多くて禁煙は無理だと思っている、そんな方のための外来です。詳細はパンフレットをご覧ください。禁煙すると新しい人生が待っていますよ。卒煙外来は6月から毎週木曜日午後です。(予約制)

(担当医: 西條亜利子)

春先は、仕事内容が変わったり、周りがざわざわとして落ち着かないことも多く、憂うつな気分になることが多いものです。木の芽時と言われて来たのは、冬の間緊張していた体が暖かい気候になって緩むと共に精神的な変調も来すということを書いてきたことですが、この気候の変化と社会的変化とが一緒になって不安感が出たり、憂うつな気分になったりしがちです。うつ病というのは、このような誰にでもある気分の変化とは、期間や程度の問題で区別されているもので、漢方薬だけでは治療困難で、SSRIなどの抗うつ剤を使うことが原則になっているものです。

しかし、うつ病とは診断できない程度の軽い憂うつ気分は、漢方薬が有効なことがあります。このような憂うつ気分は、漢方医学では、主に体内を巡っている「気血水」の流れに問題があるために起きている症状であると考えます。特に、「気」の鬱滞（気鬱と言います）、「血」の鬱滞（瘀血と言います）、「水」の鬱滞（水毒と言います）している場合に起きることが多いと考えられます。

「気鬱」がある時には、息苦しさや、溜息ばかりついているということが多く、「瘀血」がある時というのは、女性の月経前に症状が悪くなっていることが多いものです。「水毒」の時には動悸や不安感を感じることも多くなります。

「気鬱」の時に最も多く処方されるのが

半夏厚朴湯はんげこうぼくとうという処方ですし、「瘀血」の時に用いられるのは、当帰芍薬散とうきしゃくやくさんや桂枝茯苓丸けいしぶくりょうがんという処方です。「水毒」の時には二陳湯にちんとうという処方や二陳湯を含んでいる六君子湯りっくんしとうや抑肝散加陳皮半夏よくかんさんかちんぴはんげというような処方を用いますが、この時には気分もふさぐことが多く、大黄という生薬が入っている処方を使いますと気分も晴れることが多いものです。この大黄という生薬は下剤としてよく知られているものですが、現代医薬の下剤とは違って精神安定作用もある生薬です。

このように身体の中を巡っていて身体の機能を調節しているものの鬱滞以外でも憂うつになることはあります。その一つに体力が落ちていく場合があります。思うように仕事ができないときなどには、一時期変に気分が高揚したり、他人を攻撃したりすることがありますが、その後に落ち込みの時期が来ることが少なくありません。このような時には休養・食事に気を付けることが必要ですが、漢方薬の十全大補湯じゅうぜんたいぼとうや補中益気湯ほちゅうえっきとうという補剤と呼んでいる処方を服用して頂くことが有効です。

但し、憂うつ気分というのは尺度がはっきりせず、ご自分で軽いと判断していても、しっかりした治療が必要なことがしばしばあります。2週間以上続く場合には、医師に相談してください。（担当：杵渕 彰）

街路樹の緑も一段と深くなり、すっかり春めてきました。このような時期は皆さんも心がうきうきそわそわしてくるのではないのでしょうか？気分の変化は顔にでてくるものですよ。しかし、顔やお肌に現れてくるものは気分の変化だけではありません。

「肌」は五臓との関わりでいうと、「肺」と関係が深いとされています。「肺」は全身へ気を巡らせる働きがあり、特に体の表面へ気が巡ることによって、病因の侵入を防ぐという働きを担っています。肌に艶や潤いが無くなっていくというのは、肺の働きが弱くなった現われといえます。

また、「皮膚は内臓の鏡」といわれるように、胃腸の状態が皮膚症状として現れることがあります。胃腸機能を統括している「脾」は、体の水分代謝や血液を作り出す働きがあるとされ、この「脾」の機能が弱いと「水毒」や「血虚」という状態になり皮膚が乾燥してカサカサになって痒みなどの原因になります。

皮膚科疾患に対する鍼灸治療は、全身的な調整が必要になってくるので比較的改善までに時間がかかる印象があります。しかしながら、痒みが強いような場合には頓挫的に治めるような特效穴といわれるようなものもいくつかあります。

そのひとつが肩の先端にある「肩髃」というツボで、痒みを取るのによく用いられます。また、皮膚の炎症が強いようなときは熱をとる「大椎」「曲池」なども用います。あとは全身の調整をおこなうのですが、基本的には「肺」や「脾」のアンバランスのことが多いようですので、その人に合った取穴をしていくこととなります。また、痒みがひどくてイライラが募ってくると「肝」にも影響がでてきますので、慢性の方には精神を落ち着けるようなツボも必要となるでしょう。

最近お肌の調子がどうも・・・というときは「内臓の調子はどうかしら、不摂生はしてないかしら」と気にしてみてもいいでしょうか。

（担当：高田久実子）

