森 瑛子医師 記事

連載 ＼頼りになる／ 知っておきたい 専門外来 第13回

漢方外来

北里大学東洋医学総合研究所 漢方鍼灸治療センター

漢方薬は更年期障害をはじめ婦人科の病気で使われることが多く、中高年女性にとって身近な存在です。こうした中、漢方製剤の西洋医学的な使い方ではなく、伝統的な漢方治療を受けたいと望む人も増えています。そこで今回は、漢方医学の研鑽を積んだ医師が良質な生薬を用いて治療を行う漢方外来をご紹介します。

漢方とは？

「漢方」とは、中国から伝わり日本独自の形で発展した医学のこと。江戸時代後期に広まったオランダ医学（蘭方）と区別するために、このように呼ばれるようになった。診断や治療は、伝統的な中国の古典に基づき行われるが、腹診と呼ばれる腹部の診察は日本独自のものである。このほかにも、現代の中国伝統医学である「中医学」とは異なる点がいくつかある。

漢方に適している病気・適さない病気とは？

緊急処置やただちに手術を必要とする病気には西洋医学のほうが適している。また、西洋医学の治療効果が安全かつ確実に期待できる場合も優先される。それ以外の場合は漢方が適していることも多く、高血圧、糖尿病、慢性腎炎、慢性肝炎といった慢性の病気に一定の効果を有するほか、加齢に伴う諸症状や気力・体力の低下、アレルギー疾患、月経不順、心身症、不定愁訴、神経症、痛み、こり、冷えなどの体質によるさまざまな身体の不調には特に高い効果が期待される。近年は、抗がん剤など現代医薬品の副作用軽減にも積極的に使われている。

漢方外来とは？

西洋医学に加え、漢方を専門に研修した医師が漢方薬を用いて治療にあたる専門外来のこと。クリニックを中心に中小病院、総合病院、大学病院など、さまざまな規模の医療機関で開設されている。

こんな悩みは専門外来へ！

- 更年期の不定愁訴に悩まされている
- 疲れやすい、風邪を引きやすい
- 痛みやこりがひどい
- 冷え性がつらい
- 持病があり治療しているが、よくならない

取材・文／渡辺千鶴　撮影／八田政玄

世界最高レベルといわれる天然生薬による漢方薬、鍼灸による治療で

人が本来持っている〝治る力〟をサポート

複数の症状に一度に対応する漢方は更年期の治療に最適

北里大学東洋医学総合研究所は一九七二年に日本で最初に設立された漢方医学の総合研究機関です。以来、今日まで診療と研究を通じてわが国の漢方医学をリードし、八六年にはWHO（世界保健機関）の伝統医学協力センターにも指定されています。診療の核となる漢方鍼灸治療センターには、世界最高レベルとも評される漢方治療を求めて、国内はもとより欧米や東洋医学の本場である中国からも患者が訪れます。

漢方医学とは、中国から伝わった漢方薬や鍼灸による治療が日本独自の形で発展した伝統医学のことです。人間の身体を自然の一部としてとらえ、〝病気ではなく病人を診る〟という基本的姿勢のもと、困っている症状だけでなく、その人の体質や全身状態を含め、総合的な観点から原因を探り、本来その人が持っている〝治る力〟をサポートしながら治療していくのが最大の特徴です。そのため、緊急処置や手術を必要とする急性期の病気を除き、オールマイティに対応できるのも漢方医学の優れた点の一つだといわれています。

「複数の症状を一度に治療できるのも漢方ならではの魅力です。心身のさまざまな症状が複雑に入り交じる更年期世代の女性の悩みを解決するには、まさに漢方が適しています」と産婦人科が専門で、同センターで漢方外来の診療に従事する森 瑛子先生はいいます。同センターの調べによると、二〇一八年の新規受診者のうち最も多かったのは四〇歳代の女性で、次いで五〇歳代の女性でした。

「更年期障害の治療では女性ホルモン補充療法と組み合わせることもあります。補充療法では改善しにくい冷え性やイライラ、不安などは漢方薬がよく効きますし、肩こりや五十肩などの痛みには鍼灸を併用すると効果的です。また、この年代は乳がんや婦人科がんなどにかかるかたも増えてくるので、抗がん剤治療によるしびれなどの副作用の軽減や再発予防に漢方が利用されることも多いです」

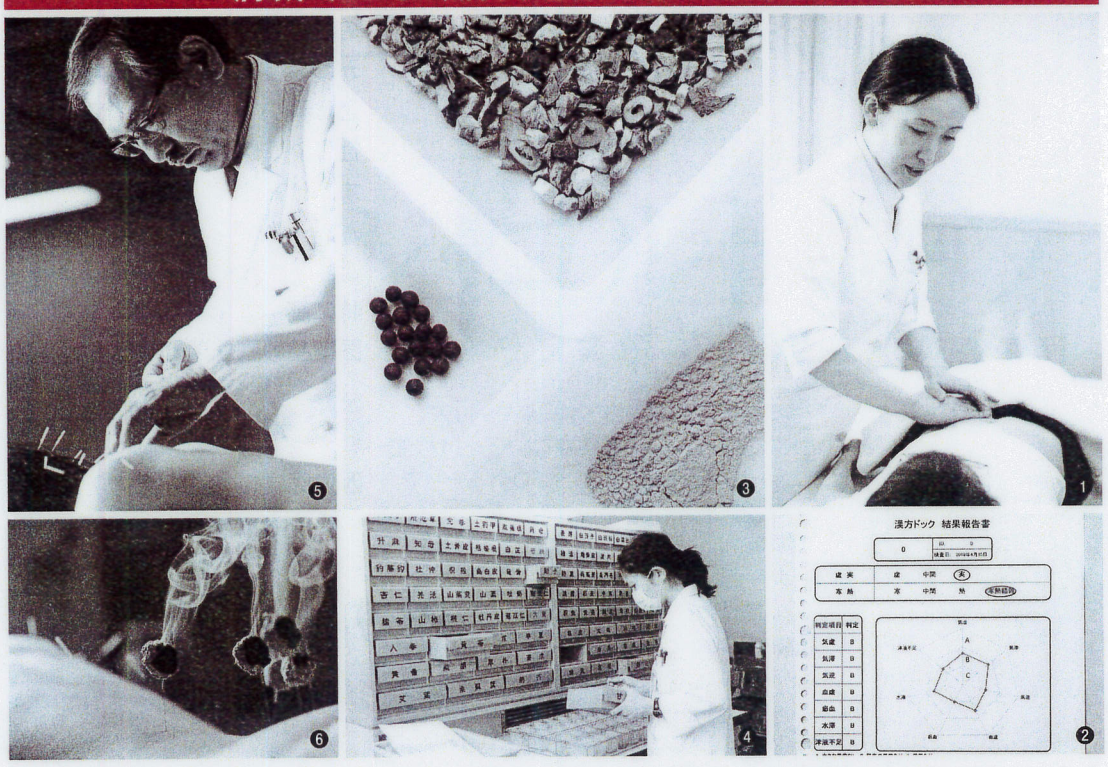
患者の症状や全身状態に応じ処方内容を細かく調整

漢方外来では、漢方薬による治療が行われ、西洋医学に加え漢方医学を専門的に研修した医師が診療を受け持っています。「問診では患者さんの困っている症状だけでなく、生活スタイルや嗜好なども確認し、四診（望診、聞診、問診、切診）と呼ばれる東洋医学の伝統的な診察法を用いて、その人の証（体質や全身状態）に適した漢方薬を処方します」と森先生は説明します。また診断の結果、西洋医学のほうが適していると判断した場合は、漢方薬を出さずに望ましい治療法についてアドバイスをします。

ここで使われる漢方薬は、飲みやすく保存しやすい状態にあらかじめ加工された漢方製剤（エキス剤）ではなく、天然生薬を組み合わせた煎じ薬が中心です。薬の種類によっては丸薬や散剤が使われることもあります。「薬剤師が一剤ずつ調剤しているため、生薬の種類は同じでも分量を変えた

漢方薬だけでは治りにくい症状には鍼灸を組み合わせて快癒を目指す

〝病気ではなく病人を診る〟ことを基本に



❺❻更年期世代の女性の多くが悩む肩こりや五十肩、腰痛などの治療には鍼灸が効果的。鍼を基本に症状に応じてお灸も用いられる。医師による鍼灸治療も行われ、人気のため予約が取りにくい状況だ。

❸煎じ薬が中心だが、丸薬や散剤が使われることも。写真上から時計回りに煎じ薬、散剤、丸薬。

❹調剤室では、薬剤師が一人一人の処方箋をもとに完全オーダーメイドで漢方薬を調剤している。

❶漢方医学の診断法の一つ、腹診を行うことで、身体の漢方医学的な病態を把握する。

❷漢方ドックでは心身の健康の維持に欠かせない「気血水」の状態をわかりやすく視覚化して提示。

り、ほかの生薬を追加したりすることが可能です。こうした強みを生かし、そのときの患者さんの症状や全身状態に応じて処方内容を細かく調整していきます」と森先生。つまり、完全オーダーメイドの治療薬が提供されるため、それだけ効果も高いというわけです。

「初診で処方した漢方薬を一、二週間服用した時点で再度受診してもらい、症状の変化を確認します。薬が適していればそのまま一か月ほど服用を続けてもらい、適していない場合は生薬の配合や分量などを見直し、もう一度、薬を調整します。いずれにせよ、的確に診断し最短ルートで治すことを大事にしています」

同時に副作用のチェックも行います。西洋薬と同じように、漢方薬を飲んだときにも動悸や粘膜の腫れといったアレルギー反応が出ることがあるほか、生薬にもよく知られた副作用があるからです。「黄芩（おうごん）には肝機能障害、甘草（かんぞう）にはむくみや高血圧、山梔子（しし）には長く続けて服用した場合に腸管膜静脈硬化症が起こることがあります。これらの生薬を含む漢方薬を服用している人は特に注意深く見守りますが、血液検査や内視鏡検査などの定期的な副作用チェックをおすすめすることもあります」。

一方、漢方薬は原材料（生薬）がよくないと効果が期待できないともいわれます。そのため、同センターでは良質な生薬を使うことにもこだわります。森先生によると、生薬や漢方薬に対する豊富な知識を持ち、品質管理にも精通した薬剤師が国内外から厳選した生薬を仕入れているそうです。外からは見えない部分ですが、このようなことも同センターの特筆すべき点の一つです。

体質や症状に応じて煎じ薬を調整し、完全オーダーメイドの治療薬を提供

漢方医学を本格的に学びたい医師が集まり、研鑽を重ねる。日本東洋医学会の指導医資格を持つ医師も多い。

漢方ドックで未病を診断し、病気の予防にも努める

漢方外来では、併設の鍼灸外来とも緊密に連携を取りながら診療にあたっています。「漢方薬だけでは治りにくい冷え、こりや痛みには鍼灸を組み合わせることが多いです」と森先生は説明します。鍼灸治療は、経絡（けいらく）（気や血を身体に巡らせるルートで鍼灸の刺激も伝える）の病的状態を脈診で診断し、必要な経穴（けいけつ）（ツボ）に鍼を打って経絡を調整し身体のバランスを整える「本治法」と、症状に応じた対症療法的な「標治法」を併用して行われます。「必要に応じてお灸も使います。鍼灸治療を希望される患者さんも多いです」。

更年期になると、病院に行くほどではないけれど調子が悪い、検査では異常がないのに原因不明の不調が続くということも増えてきます。こんな場合におすすめなのが「漢方ドック」です。このドックでは未病（まだ病気になっていないが、放置すると病気になる可能性がある）の状態かどうかを診断し、生活習慣の見直しをアドバイスしたり、つらい症状に対して漢方薬や鍼灸による治療を行ったりしながら病気の予防を目指します。「症状が出始めのほうが漢方はよく効きます。小さなトラブルでも解決し、更年期をなるべく快適に過ごしていただくお手伝いをしたいと思っています。気軽に相談できるかかりつけ医のようにご利用ください」と森先生は話しています。

北里大学東洋医学総合研究所
漢方鍼灸治療センター
漢方外来 案内

漢方診療部
医師
森 瑛子先生

もり・えいこ
2008年日本大学医学部卒業。初期臨床研修を経て、10年、日本医科大学武蔵小杉病院女性診療科産科入局。東京臨海病院産婦人科、日本医科大学千葉北総病院女性診療科・産科などで臨床に従事。漢方薬を処方する過程で、漢方医学を本格的に研修したいと考えるようになり、17年北里大学東洋医学総合研究所に入職。産婦人科専門医。

■主なスタッフ

医師18名　鍼灸師6名　薬剤師11名　看護師5名　事務スタッフ14名

■主な連携先

北里大学北里研究所病院、地域の医療機関など

■診療案内

北里大学東洋医学総合研究所
東京都港区白金5-9-1
☎03（3444）6161（代表）
https://www.kitasato-u.ac.jp/toui-ken/

同病院への受診を希望する場合、初診は予約なしでも受けられるが、電話による事前予約が望ましい。受診の詳細については同研究所のホームページ「漢方鍼灸治療センター／診療案内」をご参照ください。

予約センター ☎03（5791）6169
月曜～金曜8時30分～17時
土曜8時30分～12時30分

■費用 自費診療

初診料 4320円～、再診料 2160円
漢方薬代 1日 500～1000円程度×日数
鍼灸初診料 4320円
鍼灸施術料 7000円（鍼灸師）、7500円（医師）
漢方ドック 4320円

■参考情報

●漢方外来を探したいとき

日本東洋医学会では2019年3月末現在、全国で2148名の「漢方専門医」を認定しており、その養成のための研修施設も指定している。この専門資格を持つ医師が勤務する医療機関および研修施設では、漢方外来を設置している可能性が高い。いずれのリストも日本東洋医学会のホームページで公開されている。

日本東洋医学会「漢方専門医の検索」
https://www.jsom.or.jp/jsom_splist/listTop.do
日本東洋医学会「指定研修施設」
http://www.jsom.or.jp/medical/specialist/sisetu.html