

日本人中医診療記

その4

天津中医薬大学 柴山周乃



天日干し後のトウモロコシのひげ

今年の中秋節は、9月12日。中国では毎年、旧暦の8月15日に家族と一緒に「一家円満」を願いながら月餅を食べる習慣があります。日本では一年中、月餅が売られていますが、中国では中秋節前から当日までの1カ月ほどしか店頭に並びません。中秋節の数週間前から月餅商戦がヒートアップし、デパートの食品フロアやお菓子屋さんにはいろいろな種類の月餅が並びます。また、有名ホテルの月餅は予約制です。最近では、スターバックスは洋風月餅を、ハーゲンダッツはチョコレートでコーティングした月餅風アイスクリームを販売しています。ちなみに、中国では中秋節は、春節の次に大切な伝統的な祝日です。

今年は例年より1週間ほど早く、大学は7月11日から夏休みに入りました。中国では春節を中心に講義のスケジュールが決まるため、毎年、夏休み・冬休みともにスタート時期が異なります。私は、7月末から1カ月間帰国しましたが、今年の日本の猛暑には少々参りました。ゲリラ豪雨と異常な暑さ。日本は年々、亜熱帯化が進んでいるように感じました。毎日、熱中症で病院へ搬送される人の数に驚きながら、自分自身、4回も暑気あたりでダウンしました。万一の場合に備え、こちらから持ち帰った中成薬の「藿香正気水」^{かっこうしょうきすい}にずいぶん助けられ、無事日本での休暇を終え天津へ戻りました。

そこで今回は、中医の「中暑（熱中症）」治療についてお話させていただきます。中暑は、暑邪を受け発症する一種の急性病証です。

病因は、外因が炎熱気候・過労・不摂生などで、内因は虚弱体質。心病・火・虚などが病機となり中暑を発症すると考えられています。おもに発熱・悪寒・発汗・頭痛・身体が重い・口渇・心煩・倦怠・悪心・嘔吐・下痢あるいは便秘などの症状が現れ、重症の場合は失神することもあります。中暑は中暑陽症・中暑陰症・暑気の3つの症候に分類されます。弁証したあと、清暑去熱・益気養陰に注意し治療を行います。

次に、中医の中暑治療によく使われる生薬と中成薬、そして中国の民間療法をご紹介します。

①生薬

単味生薬では、金銀花・菊花・荷葉（ハスの葉）に熱湯を注ぎ、お茶代わりに飲用。藿香・佩蘭・竹葉・香薷・西瓜翠衣（スイカの淡い緑色の部分）・丝瓜皮（へちまの皮）は煎じて服用します。方剤では、弁証後、清熱剤の白虎湯または白虎加人参湯など白虎湯の加味剤・銀翹散・清宮湯、祛湿剤の新加香薷飲・藿香正気水・三仁湯、益気剤の清暑益気湯・人参益気湯・大順散、養陰剤の竹葉石膏湯・生脈散などを加減し使用します。

②中成薬

一般的に、中成薬は安全といわれており、中暑発症後だけでなく、中暑予防にも日常的によく使われています。内服薬では、藿香正気水・人丹（成分：陳皮・小茴香・桔梗・豆蔻など）・十滴水（成分：樟脳・大黃・桂皮・小茴香・乾姜など）が代表的です。外用薬では、清涼油・風油精を中暑予防に携帯し、額や太陽穴（こめかみ）に塗布します。余談ですが、先日の講義で学生に中暑予防方法を尋ねたところ、多数の生徒が藿香正気水・清涼油・風油精などを携帯していました。



緑豆湯

③民間療法

民間療法の代表選手は、なんといいましても緑豆湯（緑豆スープ）です。清熱解毒・止渴消暑作用がとても強く、夏場は中暑予防のためほとんどの家庭で飲まれています。

ただ、こここのところ緑豆の価格が高騰しており、庶民の頭を悩ませています。酸梅湯（材料：烏梅・山楂子・桂花・甘草）は、手作りのものが路上でよく売られていますし、今ではペットボトル入りの酸梅湯も市販されています。また、暑熱を受け胃腸の消化機能が低下するため、緑豆粥・薄荷（ハッカ）粥・蓮子（蓮の実）粥・荷葉粥などの健康粥がよく食べられています。そのほか外治法として、刮痧（かっさ）板・コイン・スプーンのスプーンの端などを使い、胸・腹部・首筋・肩・背中中の皮膚の表面をこするという刮痧療法もあります。

以上、簡単に中国での中暑治療とその予防方法をご紹介しましたが、最後に、夏季によく見られる「泌尿器感染症」について少しお話させていただきます。学長の専門は脳・心血管疾患ですので、外来患者のほとんどは中高年齢者です。毎年そうですが、夏場になると「泌尿器感染症」の患者さまが増え、なかにはたびたびそれを繰り返す方もいらっしゃいます。学長は、いつも方剤処方したあと、「トウモロコシのひげ茶」を飲むようアドバイスします。トウモロコシのひげは「玉米須」といい、『中華人民共和国薬典』に中薬材として収載されています。欧米でも「コーン・シルク」と呼ばれ、身近な民間薬として古くから利用されていたようです。「玉米須」には泄熱通淋・平肝利胆の効能があります。トウモロコシのひげを集めてよく洗い、天日干ししたあと煎じて服用します。最近、数人の患者さまから「ひげ茶のおかげで、うそのように症状がなくなった。」と嬉しい報告をいただきました。この「トウモロコシのひげ茶」は、血圧・血糖・コレステロールを下げ、むくみを取る作用もあります。

とても厳しく長かった、今年の日本の夏。皆さま、夏のお疲れが出ませんよう、お身体をくれぐれもご自愛くださいませ。



プロフィール

柴山周乃（しばやま・ちかの）

愛知県名古屋出身

1996年 日本航空株式会社・国際客室乗員部退社

1999年 天津中医学院（現天津中医薬大学）本科入学

2006年 中華人民共和国・中医医師資格取得

2010年7月 天津中医薬大学・中医内科学博士課程卒業

修士課程は天津中医薬大学第二附属病院・循環器内科社武勲教授に師事、「糖尿病性心疾患の中医病機メカニズム及び臨床治療」を研究。

博士課程は天津中医薬大学・張伯礼学長に師事、「中医および漢方医学による心疾患・脳血管疾患治療」を研究。現在は、引き続き張伯礼学長に師事し外来で診察および中国人学生の講義を担当。