

補腎健脾による流産の対策

The measure against a miscarriage by HONJINKENPI

陳志清

Chin Shisei

イスクラ産業株式会社, 東京, 〒103-0027 東京都中央区日本橋1丁目14番2号
ISKRA INDUSTRY CO., LTD., 1-14-2, Nihonbashi, Chuo-ku, Tokyo, 103-0027, Japan

私は中国の中医薬大学（南京中医薬大学）を卒業してから、中国で中医学の臨床と研究をした後、20年ほど前に日本に来ました。来日後は「日本中医薬研究会」において、中医学の普及活動に携わってきました。10年ほど前から、日本中医薬研究会では、「不妊症における中医学の取り組み」について研鑽を重ねてきました。それを続けているうちにわかってきたのは、日本においては、晩婚化と妊娠の高齢化に伴って、不妊だけでなく、流産も多いという事実です。不妊症の取り組みには、流産への対応が大きな課題の1つと感じています。本日は、今までの取り組みのなかで得た経験をふまえて少しお話させていただきます。あくまで中医学的な考え方ですが、少しでもご参考になればと思います。よろしくお願ひします。

■ 流産の発生と原因 (図1)

文献によると、自然流産の発生率はおよそ15%といわれています。特に40歳以上では25%以上にもものぼるというデータがあります。中医学では、流産を「胎漏」「胎動不安」、あるいは「墮胎」「滑胎」などと表現しますが、その意味合いはそれぞれ少し違います。

妊娠初期に不規則に少量の出血の症状が現れるときに「胎漏」といいます。それにプラスして、腰やお腹に痛みがある場合は「胎動不安」といいます。この「胎漏」と「胎動不安」は、言ってみれば切迫流産に近いかと思います。次の「墮胎」は、胎児の一部または全部がすでに流出していて、流産が不可避という状態です。その「墮胎」を繰り返す場合は「滑胎」といいます。「滑る」という字ですが、いわゆる不育症・習慣性流産の概念にあたります。実際に「墮胎」の状態になると、中医学でも、いくら薬を使おうとも止めることができないかと思ひます。中医

学で対応できるのは、切迫流産にあたる「胎漏」「胎動不安」の状態で、これらにはある程度有効だと思います。

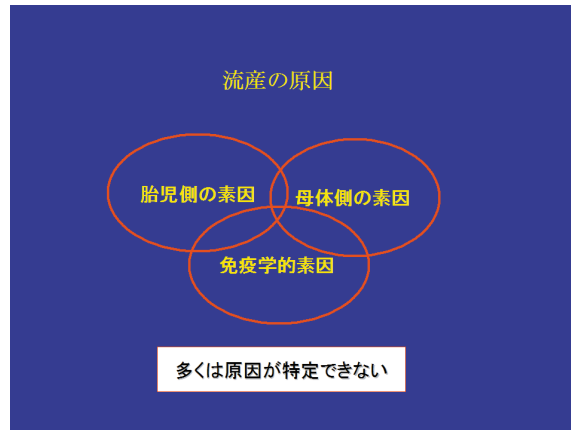


図1

流産にはいろいろな原因がありますが、よくあげられるのは、1つには「胎児側の素因」、特に染色体異常などです。もう1つは「母体側の素因」、これは黄体機能不全とか子宮の奇形などです。それ以外に、最近では「免疫学的な素因」も注目されています。例えば、抗リン脂質抗体や抗核抗体などです。しかし、いくら検査してもわからない、あるいは検査したところ「染色体に少し異常があるので、それが原因ではないか」というぐらいで、実際のところ本当の原因はわからないというケースも多いですね。そういう原因がわからないときには、西洋医学的には有効な対応がないというのが現実です。

■ 中医学における流産の理解と対策 (図2～4)

一方、中医学ではどう考えているかといいますと、昔から流産は腎との関係が最も深いと論じられています。腎だけでなく、妊娠したら胎児の成長には栄養として気血が必要です。気血の不足が胎児の成長に悪影響を与えますが、気血の源となるのは脾ですから、腎と脾の2つを中心に流産の対策をとっています。

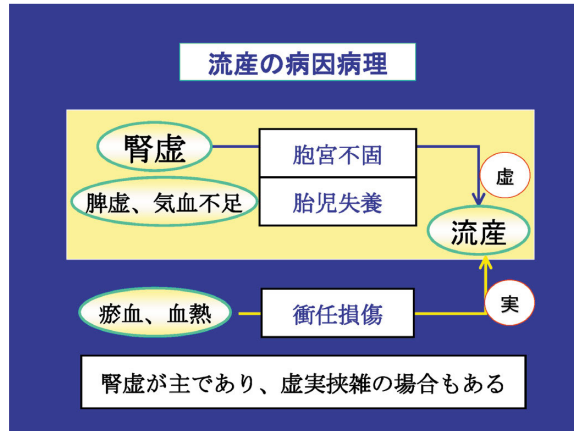


図2

これは中医学における流産の病因病理の基本的な考えです。腎には、腎精・腎陰・腎陽・腎気とありますが、中医学では、妊娠に関しては特に腎気が胎児を胞宮につなげると考えています。ですから、腎気が弱いと胎児は胞宮の中で安定できない、固摂することができないと考えます。もちろん、この腎気は後天の脾から補うことも大事なので、もし後天的にいろいろな病気によって気血が不足するような場合、腎虚につながるだけでなく、直接胎児に栄養がうまくいかなくなります。この2つの素因は、おもに虚による流産です。

そのほか、流産の原因には、瘀血と血熱などの「実邪」もあげられます。瘀血というのは、例えば子宮筋腫、腺筋症や内膜症といった持病がある場合はもちろんですが、最近は免疫的な素因といわれている抗リン脂質抗体のようなものも、中医学では瘀血と関係していると考えられます。血熱は、おもに感染症に伴うものです。感染症は、妊娠してからの子宮内の感染はもちろん、それだけではなく、例えばクラミジア感染など、すでに身体の中で抗体が産生されているときも、着床障害や流産の原因になり得るといわれています。それについては中医学では、血熱あるいは熱毒ととらえて対応します。

したがって、中医学では、基本的に流産は腎虚あるいは脾腎両虚があつて、そのうえで場合によっては瘀血と血熱を伴うというのが、流産の基本的な病態と考えています。

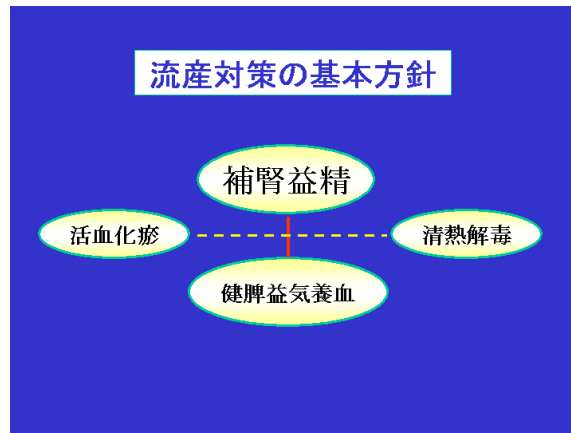


図3

それに対して、流産対策の基本方針は補腎と健脾です。先ほども申し上げたように、特に日本では40歳あるいは35歳を過ぎてからの高齢妊娠が多く、そういう方の流産防止には、やはり年齢的に考えると腎虚が目立ってきている時期なので、補腎がどうしても欠かせないわけです。

それを中心にして、必要に応じて活血化瘀あるいは清熱解毒を加えるというような方針で対応していきます。しかし、活血化瘀も清熱解毒も邪気を取り除く方法ですので、邪気を取り除くときには正気を考えないといけません。ですから、妊娠中あるいは妊娠前から活血化瘀・清熱解毒を使うときには、基本的に補腎と健脾を無視してはいけません。もう1つ、特に清熱解毒に関しては、例えばクラミジア感染症状が繰り返され、免疫力が低下している可能性が高いので、そういうときには、ただ清熱解毒で対応するのではなくて、補気あるいは補腎のものも併用したほうがよいでしょう。つまり、免疫力を強めて、熱毒を抑える狙いです。

これがいわゆる基本的な方法なのですが、流産防止のためには、やはり妊娠してから対応するのでは遅いと思います。したがって、まず妊娠前の段階で、身体の準備を整えることが非常に大事です。例えば、先ほど申したような抗リン脂質抗体とか、あるいはクラミジア感染とか、そういったものは、妊娠前にきちんと体調を整えておかないと、妊娠してからでは対応するのが難しくなるし、効果も薄くなると思います。ですから、流産防止のためには、私は「三本の矢」と言っていますが、「妊娠前の準備」「妊娠後の安胎」、そして「生活養生」の3つです。

流産防止の「三本の矢」

- 1) 妊娠前の準備
- 2) 妊娠後の安胎
- 3) 生活養生

図4

■ 妊娠前の準備 (図5)

まず、「妊娠前の準備」についてですが、妊娠前は、やはり妊娠に耐えられるような体質・体調を整えることが大事です。具体的に、1つは、流産の原因はもしかすると胎児側の原因、精子・卵子の質が悪いから受精卵の質が悪くなっているということも考えられます。そのため、妊娠前から良好な精子・卵子を作り出すことが非常に大事になります。もう1つは、身体の、特に母体のホルモンのバランスを整えることが大事です。妊娠してから黄体ホルモンが足りないから黄体ホルモンを補うことがよくありますが、黄体ホルモンが足りないのは、その理由があるはずで。ホルモンのバランスを考えると、ただ黄体ホルモンを補うだけでは問題解決にならないこともあるでしょう。ホルモンのバランスを整える方法として、中医学では、特に今の中国の婦人科の臨床において、補腎・養血・活血を柱とする月経周期調節法が最も注目されています。

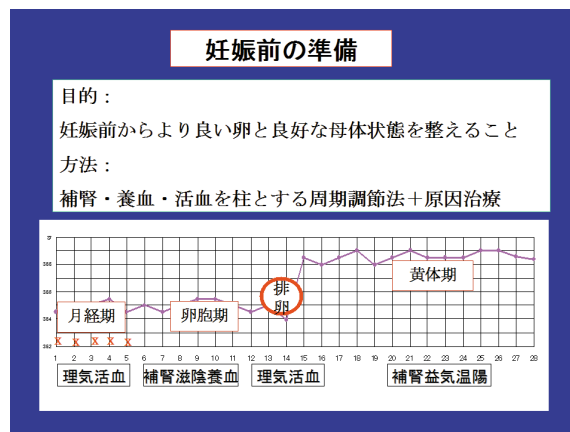


図5

ここでは簡単に説明しますが、月経周期を、生理のとき（月経期）、生理後の卵胞の成長発育期（卵胞期）、排卵期、排卵後の黄体期の4つの時期に分

けて、中医学的に低温期は「陰の時期」、高温期は「陽の時期」と考えます。

卵胞期は陰の時期ですから、養陰がメインです。陰というのは、例えば卵子というのは生体物質ですから陰に属します。さらにそこから出てくるホルモン、エストロゲンというものも身体に潤いを与えますので、陰にあたります。また子宮内膜が厚くなると、この子宮内膜も陰血で、つまり血の集まりですから陰の範疇に入ります。この段階では補腎滋陰養血という方法を使って、子宮内膜の状況や、卵子の質、あるいはエストロゲンの分泌などの改善につながると考えられます。

高温期は排卵後ですから、おもに補陽して黄体ホルモンを支えるという考えです。

そして、月経期と卵胞期の2つの時期は排泄の時期ですが、月経のときは、いらぬものを外に出す排泄です。これはおもに理気活血の薬で、スムーズに出すことによって、身体の中がきれいになってから卵子・子宮内膜が順調に成長再生できるということですね。排卵のときも排泄の時期ですが、これはいらぬものではなくて、生理的に大事なものである卵子が身体の中に出されるというわけですね。このときは、ひたすら追い出すのではなく、卵巣から出てきた卵子を身体の中で温めたり栄養を与えたりしないといけないので、この時期は理気活血だけでなく補腎のものと併用することも大切です。

基本的にこのような周期調節法で体調を整えていくわけですが、もちろん子宮筋腫や子宮内膜症などがある場合、それらに対する治療も必要になります。

■ 妊娠後の安胎 (図6)

「妊娠後の安胎」については、おもに脾と腎に着目して薬を使いますが、そこで選ばれる薬は安全なものでなければなりません。妊娠前とはちょっと違いますね。例えば、子宮の収縮を起こすようなものなどは慎重にしなければなりません。また、胎児に影響を与える可能性のあるようなものも止めなければなりません。

妊娠後の安胎

流産の予防に用いられる有名な方剤

- * 「寿胎丸」(医学衷中参西録)：菟絲子、桑寄生、川断、阿膠
- * 「補腎育胎丸」(羅元凱)：人參、党參、白朮、菟絲子、桑寄生、川断、杜仲、阿膠
- * 「滋陰養胎方」(夏桂成)：当歸、白芍、山藥、山茱萸、熟地黄、川断、桑寄生、太子參、茯苓、茯神、阿膠、苧麻根、黃連

- * 「泰山磐石散」(景岳全書)：人參、黃耆、當歸、川断、黃芩、熟地黄、川芎、白芍、白朮、炙甘草、砂仁、糯米

* 健脾補腎の中成薬：參茸補血丸、双料參茸丸など

図6

有名な処方いくつか紹介しますと、「寿胎丸」というのは昔からの処方ですが、菟絲子・桑寄生・川断・阿膠などで、補腎がメインですね。「補腎育胎丸」と「滋

陰養胎方」は、いずれも現代的な処方ですが、「補腎育胎丸」は、中国で現代の中医婦人科の大家ともいわれている老中医、広州の羅元凱先生の有名処方です。その効果は大量な臨床データで検証されています。処方の内容を見てみると、やはり補気のものと同補腎のものとの組み合わせです。つまり健脾補腎ですね。「滋陰養胎方」は、周期調節法の第一人者である夏桂成先生の処方ですが、やはり気血を補いながら補腎するというもので、使っている薬は「補腎育胎丸」とよく似ています。こういう処方からみても、健脾補腎という方法は、妊娠前も、妊娠後もメインの方法だということがわかります。

もう1つ「泰山磐石散」という方剤があります。これは妊娠後ではなく妊娠前から習慣性流産の人に使うものです。この「泰山磐石散」も基本的には気血を補うものと、川断や地黄といった補腎のものが入っています。つまり、妊娠前から妊娠中、特に妊娠の初期段階、12週までは補腎が大事だということです。そのほかに、日本中医薬研究会のみなさんが使われている健脾補腎薬の中成薬がありますけれども、残念ながら日本では保険が適用されるような漢方薬のなかにはこのような補腎兼健脾の薬は見当たりません。

生活養生（図7）

「生活養生」について、まずは心身のリラックスですね。流産経験者のなかには、妊娠がわかってからも仕事を止めず、安定期に入ってから勤め先に言おうと思っている方がおられますが、それは本当によくありません。実際には安定期に入るまでは流産しやすいので、早めに周りに知らせて協力してもらうことが大事なのです。妊娠したら、身体の負担がじつに大きいですし、身体が疲れると流産しやすくなるでしょう。特に流産経験がある人は、精神的にもすごく不安があるので、心身ともにリラックスさせることが非常に大事です。

中医学的生活養生

- * 心身のリラックス: 仕事の軽減、ストレスや不安などの解消
- * 陰陽のバランス: 起き寝のリズム、ホルモン使用時の体調調整など
- * 気血の充実(栄養): 脾胃を守る食習慣など

図7

次に、陰と陽のバランスです。これは生活習慣のなかで、例えば夜更かしをよくする人は、習慣を見直さなければ、陰と陽のバランスが崩れやすくなります。西洋医学的にはそれは直接に流産の原因だとは言えないかもしれませんが、中医学的には非常に重要視しています。

もう1つは、気血の充実です。「妊娠したら栄養を取りすぎないように」といわれるようですが、実際に大事なのは、バランスよく栄養を補充することです。もちろん現代人は栄養不足というより栄養過剰かもしれないですが、気をつけるべきは栄養のバランスですね。「気血の充実」のためには脾胃を大事にすることです。脾胃を弱めるような生活習慣、例えば冷たいものや生ものの取りすぎは禁物です。

ご清聴ありがとうございました。