

これからの薬剤師に求められる中医学 漢方薬局における アトピー相談 ～中医学的対策～

植松 光子

Mitsuko Uematsu

漢方薬膳サロン ウエマツ薬局

ウエマツ薬局の植松光子でございます。本日は、「漢方薬局におけるアトピー相談、中医学は素晴らしい！」というお話をさせていただきます。中医学でアトピーを治しますと、アトピーが治るだけでなく、肌がつるつるになり、きれいになり、とても喜ばれますので、毎日楽しく仕事をさせていただいております。

私が中医学の勉強を始めたきっかけは、次女がひどいアトピーで、漢方薬でだいぶ良くなったからでした。それからアトピーに対する漢方治療の勉強を真剣に始めました。25年ほど前に、中国の北京中医医院の副院長で、皮膚科の名医として名高かった秦漢現先生が、北京中医薬大学の日本校設立準備のために日本においでになりました。そして、たまたま私の店に2年間、毎月1回、来てくださることになりました。

秦先生は、日本語がまったくお出来にならなかったのですが、たった2つだけ日本語を話されました。なんだと思いますか？ まず1つは「かゆい？」、そしてもう1つは「お通じは？」という言葉でした。秦先生はこの2つの日本語しかお話をなさいませんでした。「オーオー、オー」とおっしゃいながら、全身くまなく丁寧に見られますので、患者さんには非常に喜ばれました。日本語は通じなくても、先生は自分をすごくよく見てくださったと感じられるのですね。

アトピーの改善のためには、かゆみと便通をチェックすることが一番大事です。中医学でいえば、皮膚は肺ですから、肺と大腸は表と裏の関係にあります。「便は体のお便り」と言います。「便」という字と、「便り」という字は同じですね。「この漢字を作った人はすごいわね」と、私はいつも患者さんにお話しています。解剖学的にも、皮膚と消化管は同じ上皮細胞できています。

その後、私は雲南中医薬大学へ研修に行くようになりました。雲南省は雨が多く、日本と大変環境が似ていますので、患者さんも日本と同じような症状の皮膚

病の方が多くいらっしゃいます。

■ アトピーの改善率と悪化の原因

これまでも一所懸命やって参りましたが、いつのまにか来店されなくなるお客様がいます。その方たちは、良くならないから来店されなくなったのか、それとも改善して来店されなくなったのか、と心配になりまして、患者さん400人に往復はがきでアンケートをとりました。自分の自覚で「改善した」と思う部分に丸をつけていただきましたら、なんと改善率は91.7%という非常に高い数字になり、本当に感激しました。

アトピーの原因は皮膚だけではありません。体の外からの「外因」としては、暑さ・湿気・秋の乾燥・冬の寒さ、それから黄色ブドウ球菌などの感染もあります。また体の中からの「内因」としては、免疫の低下、自律神経の乱れ、アレルギー体質、食べ物、ストレスなど色々あります。

このかゆみの原因は、虫刺されのかゆみとは違います。アトピーが悪化するのには、やはり食べ物も関係がありますし、自律神経や環境の変化によっても悪化します。悪くなるのは受験のとき、就活のとき、失恋したときなどです。蚊に刺された人が失恋でかゆみがひどくなったということはありません。ところがアトピーでは、心の状態がかゆみが非常に悪化します。

■ アトピーの治療

この図(図1)は、体を木にたとえたもので、私がよく患者さんにお話する際、お見せするものです。

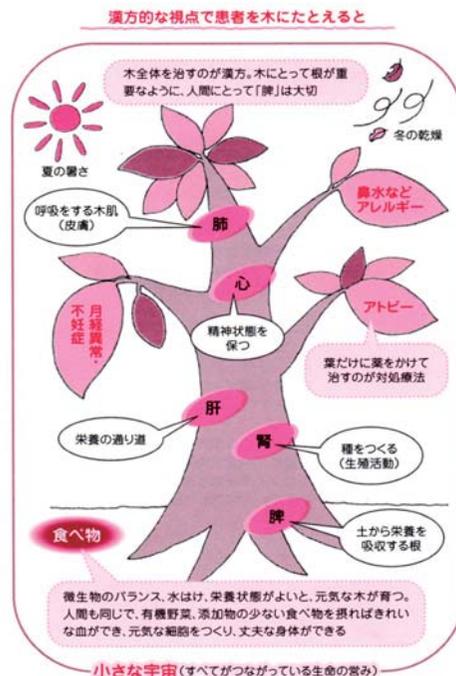


図1

皮膚がカサカサするとか、喘息が出るとかの症状は、葉っぱの部分に該当します。そのようなことを治すためには、木の場合なら、葉っぱが痛んできたら、まず木を丈夫にしないといけません。それでは、その木を丈夫にするにはどうしたらいいのかというと、まず栄養や水分を吸収する木の根っこを元気にしなければなりません。木の根っことは、人間にとっては胃腸ですね。良い水・良い食べ物が大事ですし、「根っこを丈夫にして木を丈夫にすると、肌も良くなりますよ」とお話しています。

中医学におけるアトピーの治療の原則は、「急なれば則ちその標を治し、緩なれば則ちその本を治す」です。アトピーはまず標治です。風（かゆみ）に対して祛風薬、熱（赤み、熱感）に対して清熱薬、湿（浸出液、じくじく、腫れ）に対して利湿薬を使ってそのような症状をまず治していきます。

そして、症状が落ち着いてきたら、冷えがあるとか、胃腸が弱いとか、そういった体質面を治していきます。血虚に対して補血薬、脾虚があれば健脾薬を使います。雲南省の皮膚科の教授は、アトピーの場合、漢方薬は必ず食後に飲ませなさいとおっしゃいました。アトピーの薬というのは、苦くて胃を刺激しやすいので、秦先生も、やはり食後に飲ませながら、胃腸の症状がなくても必ず焦三仙（消導薬）を併用していらっしゃいました。

漢方薬の使い方をお客さまに話すときには、「壊れたドアから泥棒が入ってきたときに、あなたならどうしますか？」と聞きます。「ドアが壊れたため泥棒が入ってきたのだから先にドアを直しますか」と。泥棒をやっつけないと、家のなかで大暴れますから、まず血熱・毒熱・湿熱という泥棒（邪）を取る漢方薬を使います。そのあとで体質改善の漢方薬を飲んで再発を予防します。

最近、アトピーは冷え性が原因だから、まず冷え性を治すなどということが学会で発表され、温性の処方では悪化して来店される方が多くなっています。私はこの処方の仕方は疑問に思っています。このような方法で悪化した例を、次にお出します（図2）。

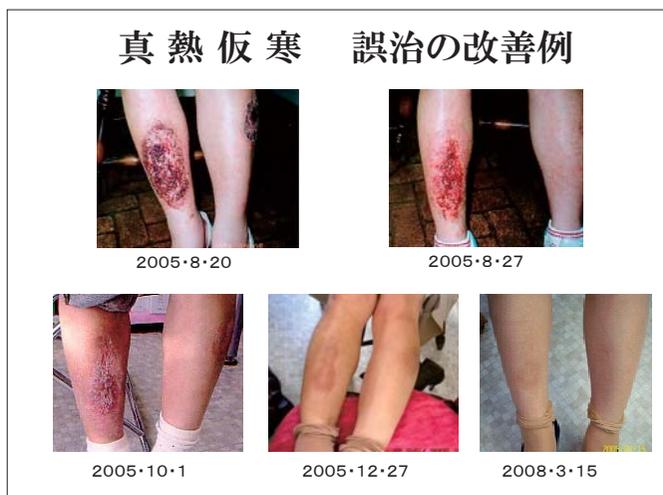


図2

この方はもともとアトピー体質があつて、虫に刺されてかきむしっているうちに、血だらけになり、病院に行くと、まず十味敗毒湯が出たそうです。ところが、ますます悪化してしまいました。ご本人が「じつは冷え性があつて、生理も不順です」と言ったら、今度は十全大補湯が出ました。さらに悪化し、このような血だらけの状態、当薬局に来店されました（2005.8.20）。私は、あまりにひどいので、「ケロイドになったらいけないので、病院にもう一度行ったほうがいいですよ」と言ったのですが、「いや、病院で悪くなったのだから行かない。お母さんは神様を拝みに行っている」と。もう神様しかいなくなってしまったのですね。私はその頃は勉強したてで、中医学のアトピー治療は、まだよくわからなかったのですけれども、とにかく赤みを取るものということで清熱利湿の漢方薬を出しましたら、1週間後、少し落ち着いてきました（2005.8.27）。次に、1カ月半で、だいぶ落ち着いてきて（2005.10.1）、いらしてから4カ月後には色のひどいところがだいぶ治って（2005.12.27）、それから来店されなくなりました。ところが、この方は、3年後にまた来店されました。このときは結婚しておられて、今度は不妊症の相談でした。冷え性があつて生理不順ですので、温めて治す漢方薬で、無事りっぱな赤ちゃんを産むことができました。その後、2人目も不妊で、また同じように治療し、2人目の赤ちゃんも元気に育っています。順番を間違えるとひどいことになってますが、きちんとやっていたら両方が良くなるという例です。

■ 症状別アトピーの治し方

アトピーをどのように治していくかと言いますと（図3）、まずは、皮膚をよく見るということです。手のひらの各所に小さな水疱がいっぱいあります。右手首からは浸出液がちょっと出ていました。湿熱は、下半身に症状が出やすいです。

症状別アトピーの治療 ①湿熱

- ・水疱。搔くと汁が出る。舌苔は白膩～黄膩
- ・赤く腫れ、皮膚は少し盛り上がっている。
- ・頭皮はねっとりとした結痂
- ・下半身に多い
- ・便秘。帯下が多い
- ・尿が濃い、少ない。



図3

湿熱

湿熱の場合、方剤としては竜胆瀉肝湯や黄連解毒湯・三黄瀉心湯・茵陳蒿湯・消風散などをよく使っています。生薬としては山帰来・薏苡仁・馬齒莧・百花蛇

舌草などです。胃の弱い方が多いので、そのときには半夏瀉心湯・焦三仙などを使います。なかには下痢をしている方もいらっしゃるのですが、そういう方には参苓白朮散などで水をさばかせます。赤みがあるのに、湿熱の薬を止めて補う薬だけにすると、すぐに悪化しますから、必ず完全に症状が消えるまで清熱剤を減らさない、ということに気をつけます。

浸出液の対策としては、「脾は湿を生む」と言いますので、食べ過ぎないということが大切です。そして「なるべく汗をかきなさい」ということをいつもお話しています。軽い運動をして汗をかき、湿熱を汗で出すということです。

血熱・毒熱

皮膚が長期間真っ赤で、血が熱をもち、血分に入っているものは血熱とみます。その場合によく使うのは清営顆粒という薬です。これは牡丹皮・赤芍・生地黄という血分に入る生薬と、山梔子・黄芩・大黄という熱を取る生薬からなっています。皮膚表面の傷には、黄色ブドウ球菌がいますから、西洋医学的にみても毒熱だといえます。真っ赤に腫れて、舌の色も赤く熱がこもっているときは黄連解毒湯なども使います。最近よく使うのが、五味消毒飲です。エキスとしては五涼華という名前で出ています。野菊花・金銀花・蒲公英・紫花地丁・竜葵からなり、皮膚を乾燥させないので、とても使いやすいです。

アトピー治療で気をつけること

「漢方薬を飲みたい」と言って来店される方は、ステロイドを止めたいという方が100%です。漢方薬を出したその日から、ステロイドをパッと止めてしまわれる方が少なくありません。真っ赤に腫れ上がり、浸出液が流れてくるような、ひどいリバウンドが出ることがあります。絶対にすぐに止めないで、しばらくは併用しながら徐々に減らすということをお話しています。

写真はステロイドを急に止めてしまった方です(図4)。



図4

32歳の女性の方です。25年間ステロイドを使っていましたが、スパッと止めてしまったため、全身がすごいことになっていました。おばあさんのような手で(2009年2月3日)、手が真っ赤で、割れてしまい、シワシワになっていました。手だけでなく、肩から全身も同様です。顔もジクジクで、髪の毛は全部抜けてしまい、カツラをかぶっていました。生理も止まり、体重も7キロ減ってしまったという状態で、来店されました。やはり清熱涼血利湿の標治を中心にし、2週間後、少し楽になりました(2009年2月17日)。段々と良くなってきて、今では嘘のように、きれいになっています(2013年6月1日)。初来店から約1年でだいぶ良くなりましたが、やはり4年はかかりましたね。今は生理不順を治すためにいらして、現在はほとんどアトピーは発症しません。たまに少し出るとい感じです。

そして、やはり食べ物も大事です。体を熱くするもの、辛いもの、しつこいもの、揚げ物といったようなものは控えてもらっています。

この図(図5)はアトピーと婦人科の関係ですが、当店でお客様の相談をお受けしておりますと、アトピーの女性に生理痛や生理不順の方が非常に多いのが気になりまして、女性のアトピー患者さん100人にアンケートをとりました。

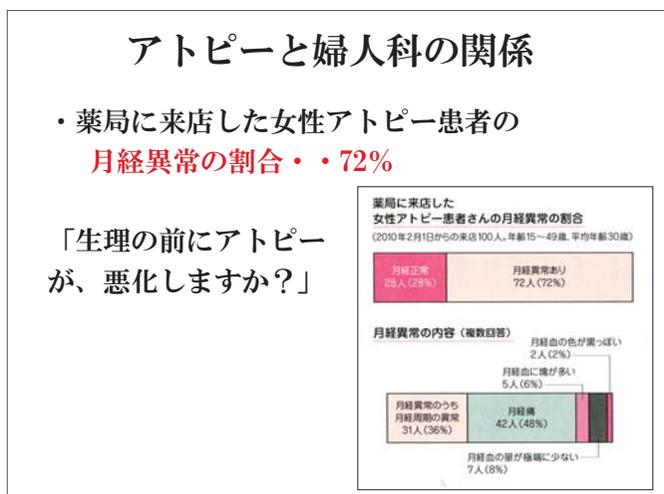


図5

そうしましたら、生理痛・生理不順・生理の量が非常に少ないという月経異常の割合が約72%みられました。今は女性の患者さんがいらしたら必ずアトピーと月経異常の両方をチェックするようにしています。アトピーで相談にいらした方に突然「生理痛がありますか？」とか「生理不順ですか？」などと言うと「えっ？」と思われそうですので、「生理の前にアトピーが悪化しませんか？」というような切り口から入っていきます。

アトピー肌の人に月経異常が多いのは(図6)、中医学でいえば血熱と関係があると思われま。さらに血熱がすすんで瘀血となる、血熱血瘀です。ホルモンの関係とか、精神的なものとか、イライラしてカッカ、カッカする、仕事をがんばるという「頑張り屋さん」に多いですね。そうした方は体のなかに熱がこもりやすいのです。

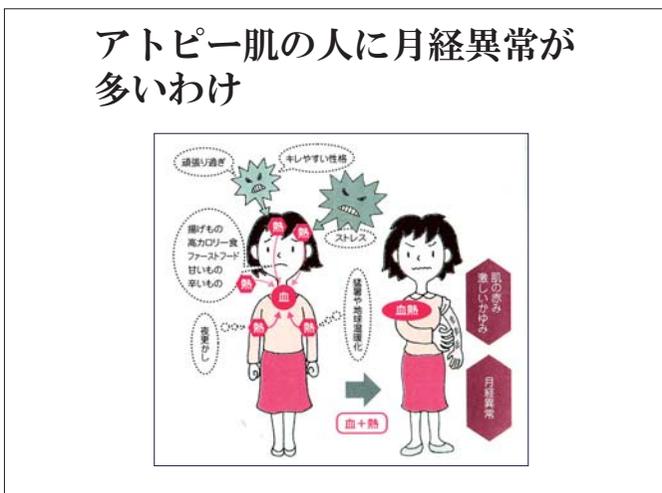


図6

今日のお話で一番お伝えしたいことは「漢方で治すと美人になる」ということです (図7)。

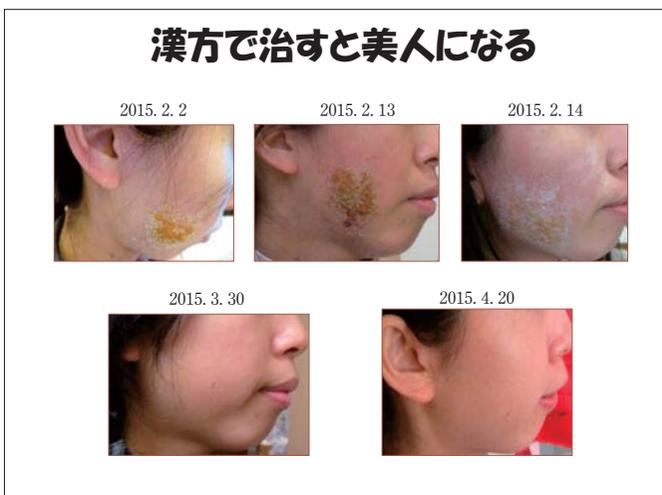


図7

この方も、やはりステロイドを止めて、リバウンドで、顔のジクジクした浸出液がステロイドを使っても治らなくなってしまったということで、2015年2月に来店されました (2015.2.2)。11日目で、ちょっと乾いてきました (2015.2.13)。さらにだいぶ乾いてきて (2015.2.14)、約1カ月半で、ほとんど浸出液が取れました (2015.3.30)。さらに1カ月後 (2015.4.20)、顔の色艶をぜひ見てほしいです。頬のあたりのお肌の色艶が全然違います。この方は2～3日前にもいらっしやって、そのときはまたさらに真っ白くきれいで、艶が出て、今度は「赤ちゃんがほしい」と不妊症の相談になっておりました。

皮膚と卵は夜に作られます。中医学では夜は陰で、水分が溜まる時ですから、細胞も潤って、皮膚も潤うし、元気な卵ができます。夜はなるべく早く寝るといいことですね。「お日様が沈んだ夕方6時には昔の人はもう寝ていたのですよ、寝ると早く良くなるのですけどね」ということで、「せめて10時には寝るように」とお話をしています。

漢方の人間国宝 路志正先生に、昨年7月に北京に行ってお会いしてきました。95歳でいらっしゃいますが、本当にお元気で、とてもお歳には見えない、70代のような若々しいお肌でした。路先生は今でも毎日古典を勉強していらっしゃるそうです。私の目標としては、路志正先生のように95歳まではいかなくても、せめて90代までは仕事をしていたいなあと思っています。路先生に秘訣をおうかがいしましたら、「したい仕事をするのが生きる力ですよ」とおっしゃいました。