

こむら返り（腓腹筋けいれん）に対する漢方治療

こむら返りに対して芍薬甘草湯は広く使用されている治療である。論文的には 60-80%の有効率で、即効性が期待できるが、芍薬甘草湯の無効例があること、また甘草含有量（6.0g/3 包）が多く、特に高齢者では偽アルドステロン症のリスクが高いことが問題になる。

漢方医学的にこむら返りは血虚スコア（寺澤）に含まれ、血虚が原因で生じるとまず考える。過去のこむら返りに対する芍薬甘草湯以外の漢方治療の報告を調査したところ、血虚（四物湯、疎経活血湯）に加えて、冷えや水毒（真武湯、苓姜朮甘湯、八味地黄丸、牛車腎気丸）に対する漢方薬が有効であったとする報告が多かった。患者の体質に応じた漢方治療を行うことでこむら返り以外の随伴症状の改善が期待できる。さらにその冷えや気血水の異常に対する漢方治療はこむら返りの予防となって芍薬甘草湯の中止・減量につながる⁽¹⁾。今回、こむら返りに対する漢方治療の考え方と次の一手を実際の症例とともに解説する。

（1）吉永亮.「プライマリ・ケアにこそ漢方！」漢方薬が効きません・・・② —こむら返りに芍薬甘草湯— 実践誌プライマリ・ケア 2018. 3(3). 23-38