

## 冷えに対する漢方治療

「冷え」は：寒さや冷たさの感覚を自覚することとされ、「冷え性」は寒冷感を自覚する体質、「冷え症」は寒冷感を自覚する病態とされる。具体的に、冷え性とは、『冷えやすい体質。血液の循環のよくない身体。特に足・腰などの冷える女性の体質。』と記載があり、冷え症とは、『通常の人が苦痛を感じない程度の温度環境下において、腰背部、手足末梢、両下肢、偏身、あるいは全身的に異常な寒冷感を自覚し、この異常を一般的には年余にわたって持ち続ける病態をいう。多くの場合、この異常に関する病識を有する。』と記載がある<sup>(1)</sup>。冷えの原因として、貧血・甲状腺機能低下症・膠原病など西洋医学的な診断が可能なものもあるが、多くの場合、原因は不明で治療に難渋する。冷えは自覚症状であり、客観的に表すことが難しいのが特徴である。漢方治療は「冷え症」に対する多彩な治療方法がある。今回は数種類の方剤を紹介する。

＜「冷え」のキーワードとそれを使用目標とする処方＞手足 先端の冷え、レイノー、しもやけ、頭痛：当帰四逆加呉茱萸生姜湯 月経不順、貧血症状、全身倦怠感、浮腫み：当帰芍薬散 赤ら顔、便秘の傾向がある、肩こり、不安、のぼせ：桃核承気湯 実証だが中間よりで赤ら顔が軽く、便秘の傾向が軽い：桂枝茯苓丸 頭痛、動悸、立ちくらみ：苓桂朮甘湯 イライラ 憂鬱：加味逍遙散 新陳代謝の低下、顔色が悪い、めまい：真武湯

＜冷え症の漢方治療を理解するための部位別タイプ分類＞1-1. 手<足の冷え症（微小循環不全症・瘀血） 1-2. 腰から下の冷え症（瘀血） 血液循環と水分代謝が悪くむくみを伴うことが多い。 2. 冷え+のぼせ（上熱下寒型）ストレスが誘因となり自律神経系のアンバランスによって起こる。 3. 腹部の冷え（裏寒型）消化機能を始めた全身の新陳代謝が低下した状態。 参考文献：寺澤 捷年 漢方医学における「冷え症」の認識とその治療 生薬学雑誌. 41 (2), 85-96 (1987)