

## 中医問診及び臨床応用



高橋楊子  
上海中医薬大学附属日本校

### 問診（問而知之謂工）

- 問診は、聴覚を駆使して問答で患者の自覚症状、発病と治療経過、既往歴、生活習慣、家族歴などを把握する方法

【問一般状況】 姓名・年齢・性別・婚姻・職業・住所・既往歴・生活習慣・家族歴  
▶現病歴→主訴(持続時間・発病誘発原因・治療経過など)

【十問歌】 一問寒熱、二問汗、三問頭身、四問便、五問飲食  
六問胸腹、七問聾、八問渴、九問旧病、十問因  
婦人に必ず月経・帯下を問い、小児に必ず痘疹を問う  
(寒熱、汗、頭身(胸・腹・腰・四肢)、耳目、飲食、口渴、二便、睡眠、婦人、小児)

【問診のポイント】 主訴を掴んで展開する

## 一. 問寒熱

表裏・陰陽・虚実の状態を知る

### 1. 悪寒発熱

悪寒重、発熱軽、無汗、頭痛、節々が痛い、脈浮緊 → 風寒表実証  
 悪風、発熱軽、自汗、鼻水、脈浮緩 → 風寒表虚証  
 発熱重悪風軽、咽喉腫痛、口渴、汗出、舌尖紅、脈浮数 → 風熱表証

### 2. 単寒不熱 陽虚則寒、陰盛則寒

冷え症(氷のように)、霜焼け、腰部以下が酷い、頻尿夜間尿、顔白、淡胖大舌白苔 → 陽気虚・腎陽虚  
 腹部と四肢が冷え＋軟便下利 → 脾陽(気)虚  
 冷え症、冬になると指先が白くなる、霜焼け、月経痛、月経量少 → 血虚血寒・気血両虚  
 悪風(ぞくぞくとさむけ)、自汗、かぜを引きやすい → 衛(陽)気虚  
 急に胃や腹部が冷えて痛む → 実寒証・寒邪犯胃

### 3. 単熱不寒 陽勝則熱、陰虚則熱

高熱、顔紅、口渴、大汗、便秘、洪大脈 → 裏熱証・気分熱盛・臟腑熱盛  
 微熱 → 陰虚発熱・気虚発熱・夏季の微熱  
 潮熱 → 陰虚潮熱(→骨蒸潮熱)・陽明潮熱(日晡潮熱)・湿温潮熱

### 4. 寒熱往来 → 半表半裏の少陽病・瘧疾

### 5. 上熱下寒(冷え、のぼせ) → 腎の陰陽両虚・気滞血瘀

## 二. 問汗

陽加於陰謂之汗『素問』

汗の異常 1) 津液・陰血の盛衰、2) 陽気・心気(陽)・肺(衛)気の働きは正常かどうかを示す

### 1. 表証の汗

悪寒重、発熱、無汗 → 風寒表実証  
 悪風、発熱微、自汗 → 風寒表虚証  
 発熱重、悪風、咽喉腫痛、汗出 → 風熱表証

### 2. 裏証の汗

自汗、カゼを引きやすい → 気虚・衛気虚・営衛不和  
 盗汗(ねあせ)、のぼせほてり、五心煩熱 → 陰虚  
 自汗、盗汗、疲れやすい → 気陰両虚  
 重病大病のときの大汗 + 高熱、口渴、脈洪大 → 気分熱盛・実熱  
 + 顔白、四肢厥冷、動悸 → 心陽虚・亡陽  
 戦汗(悪寒戦慄の後、汗がでる) → 邪正抗争(例えば瘧疾)  
 無汗少汗 → 陰血津液虧損・陽気不足

### 3. 局所の異常発汗

頭汗 → 上焦熱盛・中焦湿熱  
 手足汗 → 肝鬱気滞・陰経鬱熱・気虚  
 腋下汗(黄汗) → 肝胆湿熱  
 半身汗 → 気血凝滞・脳卒中

### 三. 問頭身 (頭・身・胸腹・四肢)

#### 1. 痛み

病因病機→「不通則痛」・「不栄則痛」

疼痛部位	臓腑・経絡	疼痛の性質	主な病因病機
頭部	後頭部	脹痛	気滞 (頭部脹痛—風熱・肝陽・肝火)
	側頭部	刺痛	瘀血
	前額部	重痛 (頭部一帯帽感)	湿阻
	頭頂部	遊走痛	風邪(頭部・関節)・気滞(体内)
全身	胸部	冷痛(冷感を伴う)	寒証(寒邪阻滞・陽虚内寒)
	脇部	灼熱痛(熱感を伴う)	熱証(火熱壅盛・陰虚内熱)
	胃脘部	隠痛	気血両虚・臓腑虚弱
	腹部	絞痛	実邪阻滞(虫積・結石・瘀血)
	腰部	抽痛・掣痛	肝血不足
		牽引痛	風寒阻絡・瘀血阻滞
	四肢 筋肉	放射痛	瘀血阻滞・結石阻滞
		跳痛	実証・化膿前兆
		痠(酸)痛	気血・肝腎脾不足(四肢筋肉関節に多い)
		麻痛(しびれ感)	瘀血・湿邪・血虚
	乾痛	陰虚火旺・気陰両虚	

増悪緩和要素	主な病因病機
喜按	虚証
拒按	実証
冬季・冷房増悪・喜温	寒証
梅雨・多雨・湿気増悪	湿証
夏季・熱気増悪・喜冷	熱証
過労	虚証
同じ姿勢	気血瘀滞・五労所傷など
急性疼痛	実証・瘀血・結石など
慢性疼痛	虚証・虚実夾雑
食前の胃痛、食後、楽になる	脾胃気虚など
食後の胃痛	実証・食滞など
昼甚夜緩	陽の有余・気分の病など
昼緩夜甚	陰の有余・血分陰分の病
情志変動による痛み増悪	肝気鬱結

	随伴症状	性質	病因病機
外感頭痛	悪寒・発熱・浮脈	各種 (軽～重)	外感風寒(強い、後頭部が多い) (風湿—重痛)
		脹痛	外感風熱
内傷頭痛	めまい、血圧高い	脹痛	肝陽上亢・肝火上炎
	雨・曇りに出やすい	重痛 (戴帽感)	痰湿
	肩・首凝り	刺痛・脹痛	氣滯瘀血
	倦怠無力	隱痛・空痛	氣血不足・腎精不足

## 2. 痞・満・脹・悶 (胸部、胃脘部、腹部などの臓器、とくに中空器官に現われやすい)

### 病因病機→氣機阻滯・痰湿滞留・食滯など

【痞】(痞える感じ、心下、胃脘部に現われやすい) →痰湿・食滯・氣滯

【満】(膨満感、胃脘部・腹部・胸部に現われやすい) →氣滯・痰湿

【脹】(張る感じ、各中空器官に現われやすい) →氣滯

【悶】(重いものがのしかかって圧迫される感じ(胸部多い)) →痰湿・氣滯

胸悶+胸骨の裏や左背部痛、唇舌色紫暗→痰湿瘀血阻滯、胸陽不振

胸悶、胸部脹満+咳嗽、多痰、喘息 →痰飲停留、肺失宣降

胸悶+胸脇脹痛、イライラ、怒りっぽい、げっぷやガスが出ると楽く→肝鬱氣滯

胃脘部痞満、心下痞→脾胃昇降失常、中焦不和

胃脘脹痛 →脾胃氣滯、肝鬱犯胃

厭食、胃脘張満痛、拒按、吐くと楽く→食滯、痰飲

胸脇脹痛→肝氣阻滯

腹部脹痛→腸胃氣滯

四肢腫脹・小水不利→水飲

### 3. 痺れ・感覚が異常(痠・麻・木) 疼痛を伴うのは、痺症に属す

筋骨・関節・筋肉・皮膚の症状の特徴	病因病機
遊走性の痛み、痺れ	風痺
冷痛・激痛、痺れ、喜温悪寒、入浴緩和	寒痺
重痛(重だるさを伴う)、痺れ、浮腫、曇り憎悪、晴天緩和	湿痺
局部紅腫熱痛、熱感、痺れ、入浴増悪、冷湿布緩和	熱痺・湿熱痺
刺痛・絞痛・固定痛、痺れ、患部の色が紫っぽい	瘀血痺
痠(酸)痛、痺れ、過労増悪、休息緩和	虚痺

#### その他

痺れ+筋肉のつる → 血虚・気血両虚・寒凝瘀血  
 皮膚の違和感・蟻走感・麻木 → 血虚・血瘀

### 4. 痒み

#### 病因病機

風・熱・湿・燥の外邪侵入 → 邪正闘争

臓腑異常・血虚血燥 → 皮膚失養

#### ◆ 掻痒のよくあるタイプ

皮膚症状の特徴	病因病機
痒みは遊走性、浸出液は少ない	風邪
痒みはひどく浸出液が多く糜爛や化膿をする	湿邪
皮膚の紅腫痒痛、化膿、糜爛	熱邪・湿熱
皮膚乾燥、カサカサして痒い、落屑が多い	燥邪・血虚生風

## 5. 動悸・怔忡・心中懊憹

【動悸・怔忡・驚悸】 心臓・胸部によく見られる

→心血虚、心陽虚、腎陽虚、陽虚水飲上犯、気滞瘀血など

- ・動悸、怔忡、気短、めまい、睡眠浅い→心血虚
- ・動悸+五心煩熱 →陰虚火旺
- ・動悸、怔忡+气喘、尿少、水腫 →心陽虚・水飲上犯
- ・動悸、怔忡+胸痛(刺痛)・慢性肩こり→心血瘀阻
- ・動悸、驚悸、心煩、口内炎、不眠、胸悶多痰→痰火擾心
- ・動悸、憂鬱不安、咽喉不快感、梅核気 →気滞痰鬱

【心中懊憹】 胸膈のあたりに煩熱不安、熱感と不安

→邪熱擾乱胸膈、気機不暢

## 四. 問耳目

1. 耳のトラブル 耳一腎の外竅、少陽経が通るところ、「宗脈の集るところ」

- ①耳痛 1)+黄色い膿液(膿耳一急性中耳炎)→肝胆湿熱、  
2)疲れると耳痛、浸出液や耳垢が少ない(慢性中耳炎)→気虚  
3)耳下腺の痛み、皮色不変、やや腫れ→痰湿
- ②耳鳴
  - 1)蝉鳴(虫のような低い小さい音が鳴る)、夜に感じやすい、腰膝痠軟 →虚証・腎虚精虧
  - 2)暴鳴(突然甲高い金属性の音、或は大きな波音)、イライラ、易怒→実証・肝胆三焦火熱
  - 3)鳴る声が小さい、倦怠感、食欲不振、軟便下痢 →脾気虚・清陽不昇
  - 4)頭鳴 → 腎虚・脾虚・瘀血
- ③耳聾 1)暴聾、急な難聴 →実証(肝鬱化火・痰湿)  
2)だんだん聞こえなくなる →虚証(腎虚精虧・髓海空虚)
- ④耳の閉塞感
  - 1)+鼻水、鼻詰まり、咽が痛み(急性耳鼻咽喉炎)→風熱・湿熱
  - 2)+めまい、顔色白い、萎黄、疲れる→清陽不昇

## 2. 目のトラブル

目は肝の外竅、五輪学説により各臓腑とも関係する

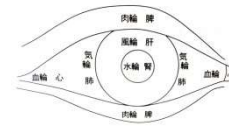


図2 五輪の分布図

五輪	五臓
水輪(瞳)	腎(主骨)
風輪(角膜)	肝(主筋)
血輪	心(主血脈)
氣輪(白目)	肺(主気)
肉輪 (眼瞼筋肉)	脾(主肌肉)

目痒 → 風熱・肝熱・心熱・湿熱

目痛 → 風熱・肝火・肝陽・肝胆湿熱・瘀血

ドライアイ → 肝腎陰虚

目のかすみ、視力減退、夜盲症 → 肝腎両虚

眼瞼がピクピク動く → 脾虚肝旺

黄斑変性 → 肝腎両虚

眼底出血 → 瘀血・痰湿(急性期 → 血熱・虚火)

飛蚊症(生理的な原因のほか加齢性黄斑変性症、網膜剥離などとも関係する)

五臓六腑之精氣、皆上注于目而為之精。精之巢為眼、骨之精為瞳子、筋之精為黑眼、血之精為絡、其巢氣之精為白眼、肌肉之精為約束 『靈樞・大惑論』

## 3. 眩暈

【眩(目眩)】→目がぐるぐる回る

【暈(頭暈)】→頭がふらふらする

### 病因病機

諸風掉眩、皆屬於肝『至真要大論』 → 肝陽上亢・肝陽化風

無痰不作眩(朱丹溪) → 痰湿・脾虚生痰湿

無虚不作眩(張景岳) → 氣血両虚・腎虚・腎精不足

### よく見られるタイプ

めまい＋頭脹痛・顔面紅潮・耳鳴口苦(ともに血圧が高いか不安定) → 肝陽上亢化風

めまい＋吐き気・嘔吐清水・回転感・頭や体が重い → 痰湿蒙蔽清竅

めまい＋立ちくらみ・顔色唇色が白いか萎黄・動悸・淡舌 → 血虚・氣血両虚

めまい＋耳鳴り・健忘・腰膝酸軟 → 腎精不足・髓海失養

## 五. 問睡眠

天有昼夜、人有臥起・・・此人与天地相応者也  
 陽氣尽、陰氣盛、則目瞑、陰氣尽而陽氣盛、則目寤矣 『靈樞』  
 神安則寐、神不安則不寐 張景岳

### 1. 不眠

寝つきが悪い、五心煩熱、盗汗、多夢、腰膝酸軟 →陰虛火旺・心腎不交  
 寝つきがまあまあで目が覚めやすい、動悸、食欲不振、疲れやすい →心脾兩虛  
 悪夢で中途覚醒、びくびくしやすい、胸は重苦しい、多痰、心煩口苦、吐き気→胆鬱痰擾  
 いらいら、寝つきが悪い、多夢、中途覚醒 →肝血虚・肝氣鬱結  
 胃や腹部は張ってガスが多くて眠れない、厚膩苔 →(食滯)胃失和降・濁氣上擾

### 2. 多眠(嗜睡)

ともに頭や身体が重だるい、膩苔→痰湿困脾  
 食後眠りたい、疲れやすい →脾氣虚・昇清不能  
 重病久病、意識朦朧、寝てばかり、四肢冷え→心腎陽虚

## 五. 問睡眠

天有昼夜、人有臥起・・・此人与天地相応者也  
 陽氣尽、陰氣盛、則目瞑、陰氣尽而陽氣盛、則目寤矣 『靈樞』

### 1. 不眠

寝つきが悪い、五心煩熱、盗汗、多夢、腰膝酸軟 →陰虛火旺・心腎不交  
 寝つきがまあまあで目が覚めやすい、動悸、食欲不振、疲れやすい →心脾兩虛  
 悪夢で中途覚醒、びくびくしやすい、胸は重苦しい、多痰、心煩口苦、吐き気→胆鬱痰擾  
 いらいら、寝つきが悪い、多夢、中途覚醒 →肝血虚・肝氣鬱結  
 胃や腹部は張ってガスが多くて眠れない、厚膩苔 →(食滯による)胃失和降・濁氣上擾

### 2. 多眠(嗜睡)

ともに頭や身体が重だるい、膩苔→痰湿困脾  
 食後眠りたい、疲れやすい →脾氣虚・昇清不能  
 重病久病、意識朦朧、寝てばかり、四肢冷え→心腎陽虚



## 六. 問口渴・口味

1. 口渴 津液不足・熱邪傷津(脱液)・腎・脾・肺の気化機能異常と関係する  
 一般として 口渴喜冷飲→熱証  
 口渴喜熱飲(或いは、口が渴かない)→寒証・痰飲・痰湿など

### ① 口渴多飲

口渴多飲、喜冷飲 → 熱盛傷津・気分熱盛  
 大汗、大吐の後、口渴多飲 → 津液損傷  
 多飲・多尿・多食、ともに消瘦 → 消渴病(三多一少 肺熱・胃熱・腎虚)

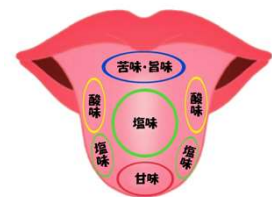
### ② 口渴少飲、口乾不欲多飲

口乾不欲飲(或いは少飲) → 陰虚・熱入営血  
 口乾、少し熱飲を飲みたがるが、飲むとすぐ吐く→痰飲・湿熱  
 口乾、口を漱ぎたくなるが、飲みたくない → 瘀血による気化不利・津不上承

## 2. 口味の異常

### 五臓と五味の関係

味覚異常	病因病機
口苦	熱証(肝胆火旺・胃火・心火)
口甘口粘	脾虚湿停・脾胃湿熱 (脾瘕)
口淡無味	脾胃気虚・脾虚失運
口鹹	腎虚・寒証
口酸	肝熱・肝胃蘊熱・肝胃不和
口辛	肺熱
口がすえる	食積



## 七. 問飲食

### 1. 食欲旺盛

筋肉充実→脾胃機能正常

多食、すぐにもお腹がすく(消穀善飢)、消瘦 →胃熱胃火・消渴

多食、すぐにもお腹がすく、軟便下痢しやすい→胃強(熱)脾弱

月経前、食欲旺盛になる →肝鬱化火

### 2. 食欲減退 (納呆)

食欲ない、時間がきたら食べるが美味しく食べられない、倦怠無力、痩せる→脾胃虚弱・脾虚失運

食欲減退、胃の痞え、胸悶、軟便下痢、厚膩苔 →湿邪困脾・脾虚湿停

食欲減退、胃の痞え、膨満感、酸腐の匂いのものを吐くと楽、膩苔 →食積

食欲減退、油っぽいものが嫌がる、黄疸、身熱不揚、苔黄膩→肝胆脾胃湿熱

お中がすく(空腹感ある)が、食べたくないか少食、吐き気、乾嘔、口乾便秘、紅舌少津→胃陰不足

#### 【随伴症状】

食後嗜睡 →脾胃氣虚

食後、軟便下痢 →脾虚失運

多食+軟便下痢 →胃強脾弱

食前、胃の隱痛があり、食後楽になる →脾胃氣虚

## 八. 問二便

凡治病、必察其下 『素問』

小大不利治其標、小大利治其本 『素問』

二便不通一閉証 二便失禁一脱証

### 1. 大便

#### ①便秘

便秘、高熱、腹満腹痛、紅舌黄燥苔→熱盛傷津・熱秘

干燥便、兔糞、紅舌少苔、無苔(久病・老人・産後) →腸燥津虧・陰血虚

お腹が冷え、顔白、便意がない、便が出にくい →陽虚内寒・腸失伝導

便秘気味、排便不爽、腹脹、ガスが多い →氣滯

下利と便秘は交互にでる、腹脹、ガスが多い →肝鬱乘脾

先に硬く、後に柔らかい(先硬後軟)→脾胃氣虚

月経前に便秘→氣滯血瘀

月経中の便秘→血虚・氣虚

## ②下痢(泄瀉) 「湿盛則濡瀉」「清氣則下則生飢泄」『素問』

急に腹痛、下痢、未消化便、臭い、嘔吐→食滞・食積

慢性下痢、軟便、泥状便+食欲不振、腹部隠痛、腹脹→脾虚湿停

緊張による腹痛、下痢軟便、或いは下利と便秘は交互にでる、ガスが多い、ひどくなると、血便もでる →肝鬱乘脾

明け方に腹痛、下痢(五更泄) →脾腎陽虚・命門火衰

黒い便、タール便+胃痛腹痛 →瘀血(遠血)

排便不爽、軟便、泥状便 →湿熱・湿邪

膿血便、腹痛、排便回数が多いが、排便不爽(裏急後重=テネスマス) →大腸湿熱

### 排便の違和感

灼熱感、排便不爽、裏急後重 →湿熱

排便時、肛門痛、便に(鮮紅色)血が付く→外痔・裂肛の出血(近血)

排便後肛門下垂感、脱肛 →脾胃中気下陷

(いびつの便がでる場合、肛門・直腸の検査を薦める)

## 2. 小便 諸病水液、澄徹清冷、皆属于寒 『素問』

尿の色が濃く尿量が少ない→熱証、尿の色が透明で尿量が多い→寒証

### ①頻尿・多尿

+尿の色が透明で、夜間尿、尿失禁、浮腫み、腰膝痠軟→腎陽虚・腎気不固

子供の夜尿症、老人の尿失禁 →腎気不固

頻尿(尿量少)+排尿痛、尿色が濁り、血尿、発熱→膀胱湿熱・淋証

多飲・多尿・多食・消瘦 →腎虚・消渴病

### ②少尿

+高熱、発熱→熱盛傷津

+むくみ、体が重い→水腫(腎肺脾虚による水湿内停)

排尿の異常 +排尿痛・血尿→膀胱湿熱・血瘀

頻尿、排尿不暢、尿少、餘瀝→腎陽虚・膀胱氣化不利・腎気不固

癃閉→結石・腫瘍など

(癃→排尿不暢、尿少、出ずらい、閉→排尿困難、甚だしくと、腹部脹痛、尿閉)

## 九. 問経・帯・出産

【月経の問診】 初経年齢、周期(28前後、25～38日)、持続期間(5～7日)、経血量(50～100ml)、経血色(赤～やや暗紅)、血塊(無い)、月経痛(性質、緩和要素、部位、時間)、最終月経の日にち

	量	色	質	兼証	病証
頻発月経	多	鮮紅	稠	月経(熱)痛、紅絳舌黄苔	実熱・血熱
	少	鮮紅		月経隠痛、紅絳舌少苔	陰虚内熱
	多↓少	淡紅	薄	月経隠痛、淡舌白苔	気虚・脾不統血
遅発月経	少	淡紅	薄	月経隠痛、顔白、冷え、淡舌白苔	血虚・気血両虚・陽虚
	少	暗紅	血塊	月経冷痛、刺痛、冷え、紫舌瘀点瘀斑、白苔	寒凝瘀血
月経不順		暗紅	血塊	月経脹痛、イライラ、不安、PMS	肝鬱気滯
		淡紅	薄	顔白、月経隠痛、腰痠、淡舌白苔	脾腎虚損・衝任失調

【帯】(おりもの) →量の多少及び分泌期間、色、質、随伴症状など

	正常	虚寒	湿熱	肝経鬱熱 (肝腎)陰虚内熱 (血が混じる)赤
色	半透明か乳白色かやや淡黄色	白っぽい	濃黄、黄緑色、赤褐色	(血が混じる)赤
量・質	月経前(薄い、サラッとする)・排卵期(トロっと粘りがある)に多い	常に水っぽいようなものが多い出る	豆腐かすやカッテージチーズ、または膿のようなものが多い出る	不定か粘稠
匂い	やや酸っぱい匂い	無臭かやや生臭い	匂いが強い	ないか臭い
他症状	なし	冷え、倦怠、腹冷、腰痠など	陰部かゆみ、灼熱感、腹痛、発熱など	苛立ち、PMS、ほてり、のぼせ

\* 赤帯、悪臭、性交出血→子宮頸がん・子宮体がんに注意

【出産歴】 BBTの測定

## 十. 子供の痘疹を問う

ご清聴  
ありがとうございました！

