

月経痛の中医弁証論治

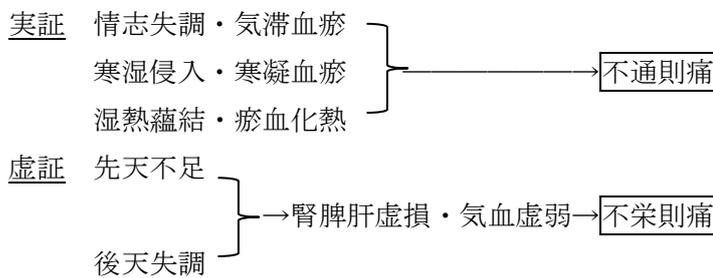
(附：子宮筋腫・子宮内膜症・子宮腺筋症など)

高橋楊子・上海中医薬大学附属日本校

▶月経痛があるのは普通？

正常な場合は、月経の時に下腹部が少し重く感じたり経血に少し粘りがあつたりする程度で、痛みや血塊はない。しかし、月経痛で悩んでいる女性が多い、月経痛がひどくなると、QOLを低下する。中医学の弁証治療は、月経痛を緩和させ、体質を改善する理想的な治療法である。

一. 月経痛の病因病機



二. 月経痛の弁証論治

1. 寒・熱・虚・実を見分ける

表1. 寒熱診断のポイント

	月経	全身症状・舌・脈
寒証	希発月経(周期遅れる)、月経痛(激痛・冷痛・喜温)、経血色黒、血塊が多い、量不定	顔白、冷え症、霜焼けがでやすい、軟便下痢しやすい、頻尿夜間尿、尿清、白苔、遅脈、沈弦緊脈
熱証	頻発月経、月経量多、経血色鮮紅、匂いがある、月経痛(激痛・熱痛)、不正出血(鮮紅)	顔赤、暑がり、のぼせほてり、苛立ち、怒りっぽい、ニキビ増悪、便秘、尿黄、紅舌黄苔、数脈、弦滑数脈

表2. 虚実診断ポイント

	病程	月経痛の特徴	血塊	経血量・色	全身症状・舌・脈
実証	短～長	劇痛・刺痛・脹痛・冷痛、重痛、拒按(月経前に現われやすい)	多	量多か不定。色濃、色が黒っぽい	月経前乳房や少腹脹痛、イライラ、怒りっぽい、肩こり、頭痛、便秘、手足冷え。舌暗、瘀点瘀斑、苔白膩か苔黄膩、脈沈弦・沈緊・沈澀・有力

虚証	長	軽痛・隠痛・痠痛・重痛、喜按喜温、月経前後に現われやすい	少	量少、希薄、色淡	倦怠無力、とくに月経前後にだるくて眠りたい。冷え症、めまい、顔唇色淡、爪甲毛髪無華。舌淡齒痕、苔薄、脈沈細・沈弱・無力
虚実挟雑	長	月経痛が酷い	不定	量多→少色が不定	月経痛が酷いか、血塊が多い+普段の虚証症状。舌淡暗齒痕、胖大、瘀点瘀斑、苔白膩か苔黄膩、脈沈細・弦細・細澀

注：舌診は、寒・熱・虚・実・瘀滯を見分ける重要な方法。

2. 治療原則

実証→実者瀉之・通則不痛（疏肝理気・活血化瘀・温経散寒など）

虚証→虚者補之（温補気血・滋補肝腎・養血調経など）

寒証→寒者熱之（温経散寒・温経活血・温補気血など）

熱証→熱者寒之（清熱解毒・清経瀉熱など）

☞複雑な虚実挟雑などに対して、軽重緩急を分け“急則治其標、緩則治其本”“経前宜通、経後宜補”を行う

経前宜通とは、月経3日前～月経終了⇒通法（温経・理気・活血化瘀）を主とする

経後宜補とは、その以外の期間⇒補法（温補気血・温補脾腎など）を主とする

3. 弁証論治

【実証】

1. 気滯血瘀

症状：月経痛が酷い（脹痛・刺痛・激痛）、拒按、経血色黒、血塊多、月経不順、経前乳房少腹脹痛、イライラ、憂鬱不安、肩こり、頭痛。舌暗瘀点瘀斑、舌下静脈怒張、脈沈弦緊。

治則：理気活血・化瘀止痛

処方：逍遙散・加味逍遙散・膈下逐瘀湯・血府逐瘀湯・芎帰調血飲第一加減・冠心Ⅱ号方加減・桃核承気湯など

逍遙散：柴胡・薄荷・白芍・当帰・白朮・茯苓・甘草・生姜。疏肝解鬱・健脾養血・調経

加味逍遙散：牡丹皮・山梔子+逍遙散。疏肝清熱・健脾養血

膈下逐瘀湯 桃紅四物湯（去地黄）+牡丹皮・延胡索・五靈脂・香附子・烏薬・枳殻・甘草。

理気活血・化瘀止痛

血府逐瘀湯：桃紅四物湯・牛膝・柴胡・枳殻・桔梗・甘草。活血逐瘀・理気止痛。

芎帰調血飲第一加減：桃紅四物湯・牡丹皮・延胡索・香附子・烏薬・枳実・牛膝・木香・益母草・肉桂・白朮・茯苓・陳皮・大棗・生姜・甘草。活血化瘀・理気止痛・益気養血

冠心Ⅱ号方加減：丹参・川芎・芍薬・紅花・香附子・木香。活血化瘀・理気止痛

桃核承氣湯：桃仁・桂枝・大黄・芒硝・甘草。破血逐瘀・清熱瀉下

2. 寒凝血瘀

症状：月経痛が酷い（冷痛・激痛）、喜温拒按、経血色黒、血塊多、周期が遅れぎみ、冷え症、霜焼けできやすい、顔色青白、暗舌瘀点瘀斑、舌下静脈怒張、苔白、沈緊沈弦脈

治則：温経散寒・化瘀止痛

処方：少腹逐瘀湯・桂枝茯苓丸・当帰四逆加呉茱萸生姜湯・温経湯・折衝飲など

少腹逐瘀湯：当帰・川芎・赤芍・延胡索・没薬・五霊脂・蒲黄・桂皮・干姜・小茴香。活血化瘀・温経止痛

桂枝茯苓丸：桂枝・茯苓・桃仁・牡丹皮・赤芍。活血化瘀・消癥

当帰四逆加呉茱萸生姜湯：当帰・芍薬・桂枝・細辛・呉茱萸・生姜・大棗・甘草・木通。温経散寒・養血通脈・止痛止嘔

温経湯：当帰・芍薬・川芎・牡丹皮・桂枝・呉茱萸・人参・半夏・阿膠・麦門冬・生姜・甘草。温経散寒・養血活血・補虚止痛

折衝飲：桂枝茯苓丸去茯苓＋当帰・川芎・紅花・牛膝・延胡索。活血化瘀・消癥止痛

【虚証】

1. 気血虚弱

症状：月経隠痛、重痛、喜温喜按、経血量少、色が薄い、血塊がないか少ない、倦怠無力、顔白か萎黄、めまい、手足冷え、爪甲毛髪無華、不妊症、淡舌薄苔、沈細弱脈。

治則：温補気血・温経止痛

処方：当帰養血膏・十全大補湯・当帰芍薬散・帰脾湯・温経湯など

当帰養血膏：当帰・熟地黄・川芎・芍薬・阿膠・人参・茯苓・黄耆・甘草。養血調経・健脾益気

十全大補湯：桂皮・黄耆・人参・白朮・茯苓・当帰・熟地黄・芍薬・川芎・甘草。温補気血。

当帰芍薬散：当帰・芍薬・川芎・白朮・茯苓・澤瀉。養血調経・健脾利湿。

帰脾湯：黄耆・党参・白朮・茯苓・当帰・酸棗仁・竜眼肉・遠志・木香・甘草。益気補血・健脾養心

2. 肝腎両虚

症状：下腹部か腰骶隠痛・痠痛・重痛、喜按喜温、経血量少、色が薄い、めまい、耳鳴り、倦怠、腰膝痠痛、不妊症、淡舌苔薄、沈細弱脈尺無力。

治則：滋補肝腎

処方：肝腎陰虚→六味丸・杞菊地黄丸＋当帰養血膏・当芍散など、

腎陽虚→八味丸+当帰養血膏・当芍散など

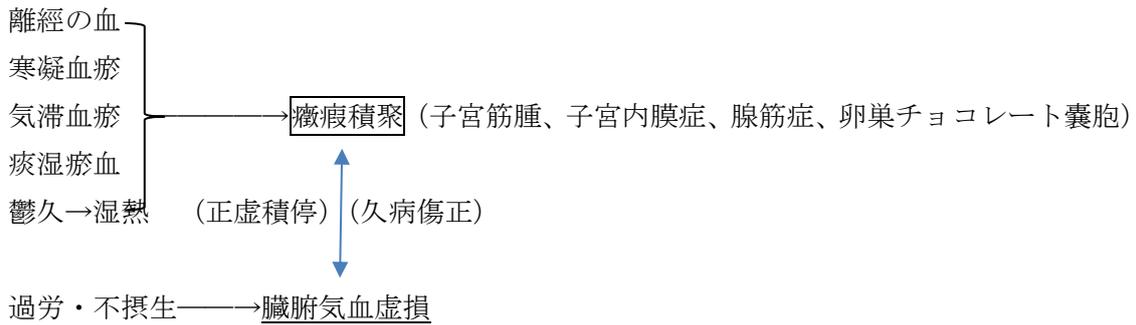
六味丸：熟地黄・山茱萸・山薬・澤瀉・牡丹皮・茯苓。滋補肝腎。

杞菊地黄丸：六味丸+枸杞子・菊花。滋補肝腎・養血明目

八味丸：六味丸+附子・桂皮。温補腎陽

三. 子宮筋腫・子宮内膜症・子宮腺筋症・卵巣チョコレート嚢胞の中医治療

1. 病因病機



- #### 2. 弁証論治
- 寒凝血瘀→温經活血・止痛消癥
 - 氣滯血瘀→理氣活血・止痛消癥
 - 湿熱瘀血→清熱利湿・止痛消癥
 - 氣虚瘀血→益氣補血・止痛消癥
 - 腎虚瘀血→補腎活血・止痛消癥

(子宮筋腫がもたらした月経量多・過長月経→活血止血・益氣止血)

古典論述

任脈為病 ……女子帶下瘕聚『素問』

石瘕何如? ……石瘕生於胞中、寒氣客於子門、子門閉塞、氣不得通、惡血当瀉不瀉、衄以留止、日以益大、状如懷子、月事不以時下…可導而下『靈樞』

婦人癥瘕由飲食不節、寒温不調、氣血勞傷、臟腑虚弱。風冷入腹与血相結而生『婦人良方』

養正積自除 張潔古

【症例検討】

女性、37歳、会社員、未婚

主訴：子宮筋腫・子宮腺筋症・生理痛

経過：以前から生理痛がある。8年前生理痛がひどくなり、経血量も血塊も多くなる。婦人科で子宮が大きい、子宮筋腫(2~3cm)があると診断された。その後、桂枝茯苓丸加薏苡仁、逍遙散、田七、婦宝当帰膠などによって生理痛が楽になり血塊も減ってきた。3年前

妊娠をしたが、事情により中絶をした。以後、筋腫が大きくなった（12cmと7cmと4cmの3個）、また腺筋症も貧血も伴うため、手術を薦められたが、本人は拒んで鉄剤や漢方薬を飲みながら様子を見ようと要望した。

望診：中肉中背、顔色やや萎黄無華

問診：生理7日/30～32日。1～2日目下腹部にチクチクして痛む。経血量2～3日間は多いがその後はだらだらして少ない。血塊が少しある。めまい、ふらつき、生理前だるくて眠りたい。肌がかさかさして荒れやすい。不安や心配が多い。鉄剤を飲むと胃がむかむかしやすい、便通は時に硬い。やや浮腫みがあり、尿の回数は普通。

舌診：舌色やや暗紅、舌尖瘀点、苔薄

脈診：沈細滑

西洋医学診断：子宮筋腫、子宮腺筋症

弁証：

治則：

処方：