過敏性腸症候群の漢方治療

黄　懐龍

当資料の転載、複製、改変等は禁止いたします。

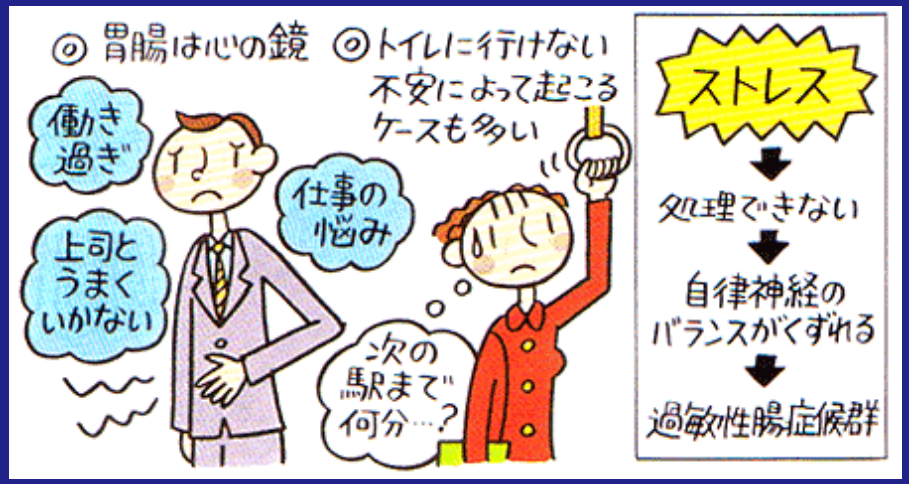
一、概　論

（一）定　義：

過敏性腸症候群(Irritable Bowel Syndrome：IBS）とは、大腸を中心とする消化管の機能異常により、慢性的に腹痛、腹満、便秘或は下痢などが起こるものである。

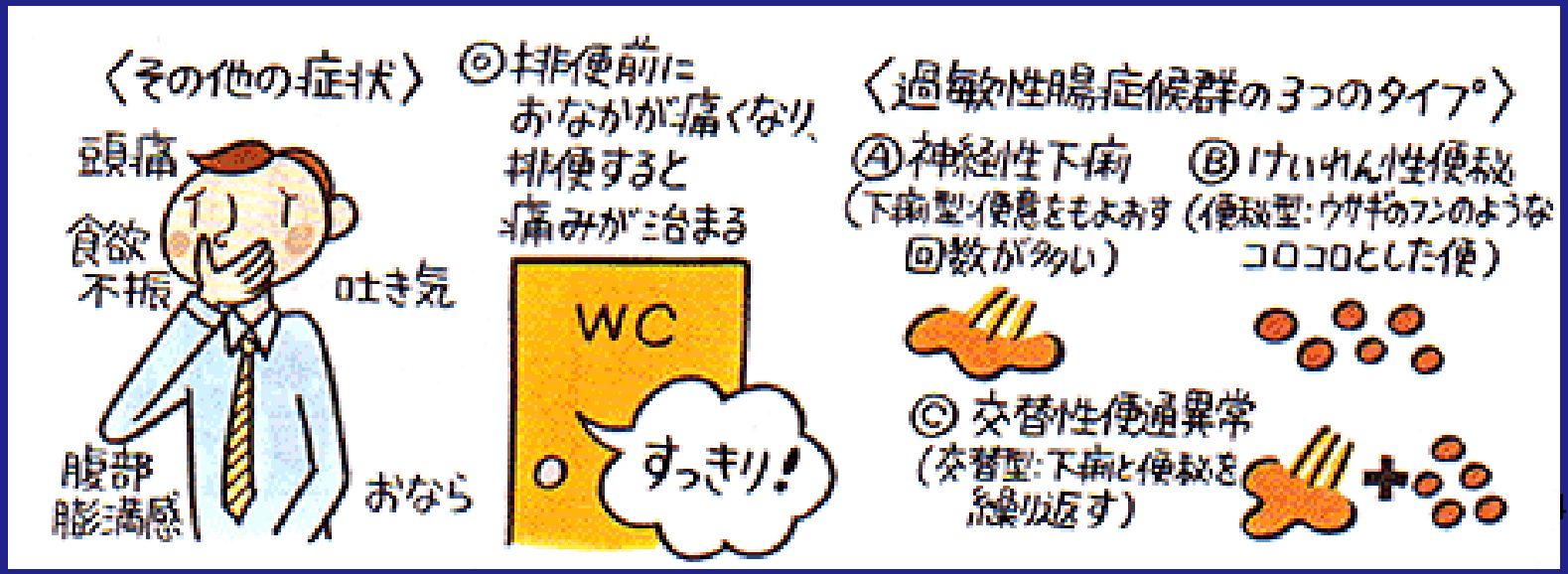
発症頻度としては20～30歳代の若年層に多いが、50 ～ 60歳代にも少なくなく、年齢分布として二峰性を示す。また、女性の方が男性の3倍多く起こる。

- （二）病　因
- 　IBS発症の病因は現在まだ明確してないが、最近、脳と腸の機能的関連（脳腸相関という）の研究がしている。
- 　ストレスにより自律神経のバランスが乱れて発症する。
- 特徴として①消化管運動異常、②消化管知覚過敏、③心理的異常が挙げられる。



（三）症　状

本症は感情興奮に伴って発生する腸管の種々の機能障害を言う。症状は種々な程度の腹痛、腹満、便秘、下痢が主で、その他には疲労感、動悸、頭痛、悪心、ゲップ等が見られる。腹痛は主に下腹部又は左下腹部に見られ、多くの者では便やガスが通過してしまうと消失する。腹痛時には、しばしば圧痛性のS状結腸を触知し、その近位部は鼓腸が見られる。発症は、日常生活のストレスや感情興奮の時期に一致する事が多い。



- （四）臨床タイプ
- A.下痢型･･･激しい腹痛の後、粘液性の下痢便が出る。朝起きてすぐ、朝食後、出かける前、電車の中、到着後など、便意をもよおす回数が多いのが特徴。
- B.便秘型･･･腹痛を伴い、ウサギのフンのようなコロコロした便がポタンと落ちて水に浮かぶ。
- C.交替型･･･下痢と便秘を繰り返す。
- その他：食欲不振や腹部膨満、ガス、吐き気、頭痛、疲労感、抑うつ、不安感、集中力の欠如などもみられる。排便するとしばしば痛みが和らげる。ストレスがあると症状が悪化し、心身症の一つである。

（五）鑑別診断

乳糖不耐症	体質的に牛乳に含まれる乳糖を消化できないために下痢や腹痛が起こる。
大腸がん	結腸や直腸などにできるがん。腹痛や下痢、便秘、便が細くなる、血便などが起こる。
大腸ポリープ	大腸の粘膜にきのこ状やいぼ状の突起ができる病気で、腹痛や下痢、便秘などが起こる。
潰瘍性大腸炎	大腸の粘膜に慢性の炎症が起こり、びらんや潰瘍ができる病気。血便、下痢、腹痛など。
その他	虚血性腸炎、クローン病、腸結核など。

（六）治 療

便秘や下痢などの症状を改善するためには

- 腸の運動を調整する「腸運動調整薬」
- 鎮痙薬
- 抗うつ薬
- 軽い精神安定剤などを処方する。

・ストレスや緊張をやわらげる「自律訓練法」などの精神療法を指導する場合もある。

二、過敏性腸症候群の弁証論治

中医学では感情の亢ぶりにより、消化器系が機能を失調して腹痛、嘔気、嘔吐、下痢、腹満等の見られる状態を“肝気犯脾”や“肝脾不和”と称し、本症はこれ等の症候に属する。

肝と脾は木土の関係があり、もし、怒りになったら、気が鬱され、肝を傷め、肝気が横へ、脾胃を犯し、木盛乗土、気機阻滞、脾胃絡阻を起こして痛くなる。主症状は、発作性の腹痛・下痢、発作は情緒の変化と関係がある。

緊張などの情緒ストレスによって肝の疏泄機能が失調するので。「緊張」→「肝鬱」→「犯脾」の病態の流れである。

（一）肝とストレス

中医学における「肝」は脳機能の一部と自律神経系である。

「肝は魂を蔵す」

魂とは神から変化してきたものであり、肝血を主な物質基礎とする。

「肝は志にあり怒となす」

気分が激しくなった時の一つ情緒変化で、陽気の昇発が異常になりました。**「怒則傷肝」**

気機の通調

気の昇･降･出･入運動を流暢、通達し、全身の機能活動をのびやかに行わせる。

肝の疏泄機能が正常であれば、気機が通暢である現れとして、気血は調和し、経絡は通利し、臓腑器官も正常に活動する。

「気行則血行、気滞則血瘀」

「気行則水行、気停則水停」

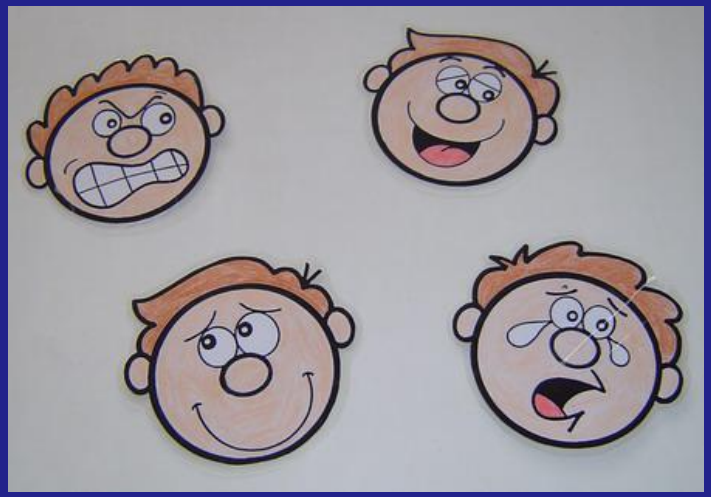
情志の疏泄

精神情緒をのびのびと調節し、自律神経バランスをよくする。（精神活動と自律神経）

（七情・五志即ち精神・意識・思惟・情緒などをのびのびと愉快に保ち、興奮や抑うつを来たさないようにすることである）。

七情：喜・怒・優・思・悲・恐・驚

五志：怒・喜・思・悲・恐



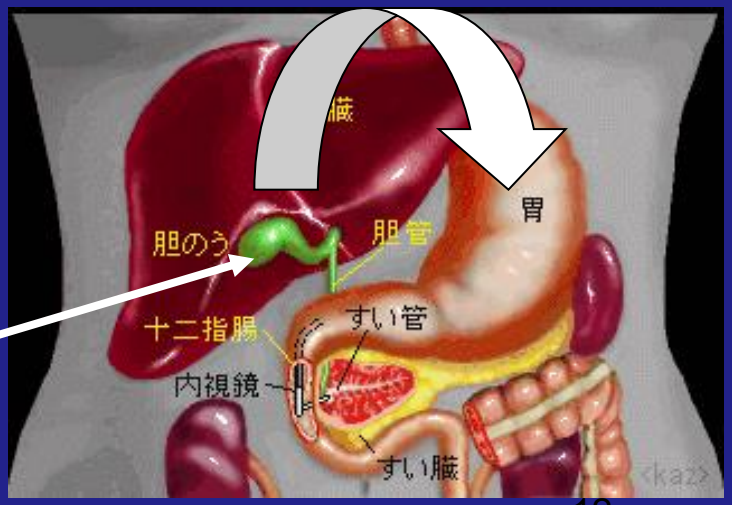
消化の促進

肝の疏泄機能が正常であることにより、脾の昇清と胃の降濁の協調平衡を維持し、運化を正常に行わせることである。

消化吸収機能を促進する（特に胃腸の運動や胆汁分泌を促進する）。

六府は「以降為順、以通為用」。

胆は「肝の余気」である精汁（胆汁）を蔵す。



肝と脾（木ー土）

肝の疏泄機能と脾の運化機能の間には相互に影響し合うもので、「肝脾調和」と呼ぶ。

又、血の生成、貯蔵及び運行などの面でも、肝と脾の関係は非常に密接である。

（二）病因病機

過敏性腸症候群

- 臓腑の気機阻帯 → 不通則痛 → **腹痛**
- 脾胃失昇降、運化失調 → 清濁不分 → **下痢**
- **胃腸積熱**、**気機鬱滞**、**気血両虚** → **熱灼便乾**、**腑失通降**、**糟粕内停** → **大腸伝送無力、失温養滋潤、大腸乾燥** → 便秘
- 胃機能低下 → 気機阻滞 → **もたれ**
- 臓腑の気機を阻帯 → 昇降失調 → **胃のつかえ・腹満**
- 胃気上逆 → 胃失和降 → **胸やけ・吐き気・嘔吐**

（三）弁証論治

１、肝鬱脾虚型（神経性下痢症）

症　状：精神の緊張や興奮の後に腹痛や下痢がみられ、精神的に落ち着くと症状も緩解する、季肋部やみぞおちが脹って重苦しい、食欲不振、粘液を混じた下利便又は軟便。舌淡紅苔薄白、脈弦又は弦細。

治　法：疏肝理気健脾

方　薬：四逆散＋半夏厚朴湯：腹満
柴胡桂枝湯＋芍薬甘草湯：腹痛
半夏厚朴湯＋胃苓湯：悪心や下痢など

2、中気不足型（便秘と下痢の交代型に多い）

症　状：全身倦怠感・下肢が重くだるい，下痢と便
・　秘が交代する、又は排便時の最初は硬便で
・　後の方は下痢便、食欲不振、食後の腹満・
・　舌質は淡白、舌苔は白色、脈は沈細。

治　法：健脾益気

方　薬：補中益気湯：軟便元気のない
帰脾湯：貧血症で不眠、動悸
加味帰脾湯：のぼせやイライラを伴う
・　六君子湯＋桂枝加芍薬湯：腹痛がある
・　六君子湯＋桂枝加芍薬大黄湯：便秘がある

3、脾腎陽虚証（虚弱者や老人に多く、冷え症のもの）

症　状：寒がり，四肢の冷え、顔色が青白い、足腰に力が入らない、夜明け前に下痢をする、冷たいものを食べると直ぐに下痢をする、温めると腹痛が軽くなる
舌淡白、苔白、脈沈細あるいは沈遅

治　法：温陽健脾、固渋止瀉

方　薬：六君子湯＋八味地黄丸：基本的な合方
人参湯＋真武湯：泥状便や下痢がある
人参湯＋小建中湯：腹痛があるもの
黄耆建中湯：虚弱体質でしばしば腹痛

（三）エキス剤の用い方

●緊張や興奮の後に下痢や腹痛を見る肝鬱脾虚型には、四逆散合半夏厚朴湯を用いる。柴胡桂枝湯合半夏厚朴湯や柴朴湯も用いられる。嘔気を伴う時は半夏瀉心湯合五苓散を用いる。

●便秘と下痢を交互に繰り返したり、排便の最初は硬便で後は下痢便になる中気不足型には、補中益気湯や帰脾湯が良い。

●冷え症で、冷たい物を食べると直ぐ下痢をする脾腎陽虚型の者には呉茱萸湯（又は人参湯）合真武湯を用いる。呉茱萸湯（又は人参湯）合小建中湯も良い。

●冷えによる腹痛時には安中散で痛みを止め、症状の緩解期には真武湯で腎陽を補う。一般的には、温中散寒作用や鎮痙作用のある桂枝加芍薬湯が良く用いられ、温中散寒作用を強める場合は大建中湯を合方する。

●腹部膨満、腸内停滞感を伴う場合には桂枝加芍薬大黄湯を用いる。

●痙攣性腹痛：芍薬甘草湯を頓服で併用

●水様状下痢：五苓散或は胃苓湯を併用する。

ご清聴ありがとうございました！