



腰痛の弁証論治

黄懷龍

当資料の転載、複製、改変等は禁止いたします。



一、はじめに

(一) 定義

腰痛とは腰部の痛みを主とした病症である。腰の片側或は両側に現れ、場合によっては背中や足にも及ぶことがあります。

中医学では、腰痛は「閃痛」「腰痛」「久腰痛」「腰尻痛」「腰背痛」などの範疇に属する。

「腰は腎の府」で、腰痛は腎との関係がもっとも深い。腰痛の原因は内因と外因に分類される。すなわち腎虚による筋や骨の虚弱が内因であり、風寒湿邪の侵入、捻挫や打撲が外因と考えられる

[腰痛の関連疾患]

臨床には泌尿器の疾患、婦人科及び腰部の組織の損傷、筋肉風湿、背骨の病変などによく見られる症状である。

腰痛を伴う背骨の病気には、変形性脊椎症、椎間板ヘルニア、強直性脊椎炎、骨質粗鬆症、腰部脊柱管狭窄症、変形性脊椎症などがある。腰部筋線維とその周囲の結合組織の損傷など。

-

内臓と腰関係

腰は腎の府であり、故に腰痛と腎の関係はもっとも密接である。脾は腰部の筋肉の働きを主る；それから腰部の筋膜、靭帯などは肝臓と密接の関係がある。

- **腎**：腎は腰部に位置し、「腰は、腎の府である」、「先天の精」を臓する、腎は骨を司り、髓を生じり、骨格の生長、栄養する。
- **脾**：中焦にある、運化を司り、筋肉と四肢を司る。筋肉が弱くと、背骨を十分に支えられない。

- **肝**：上腹部の右脇に位置し、疏泄を司り、血を蔵し、筋を司り（筋、靭帯、結合組織）、その華は爪にあり、「肝は全身の筋膜を司る」、これは即ち筋膜が肝血の滋養に頼っているわけである。肝血が充分であれば、筋を養え、筋の運動も有力、円滑になる。肢体運動のエネルギーは、すべて肝の臓血充足と血液量の調節の作用に頼っている。

(二) 病因病機

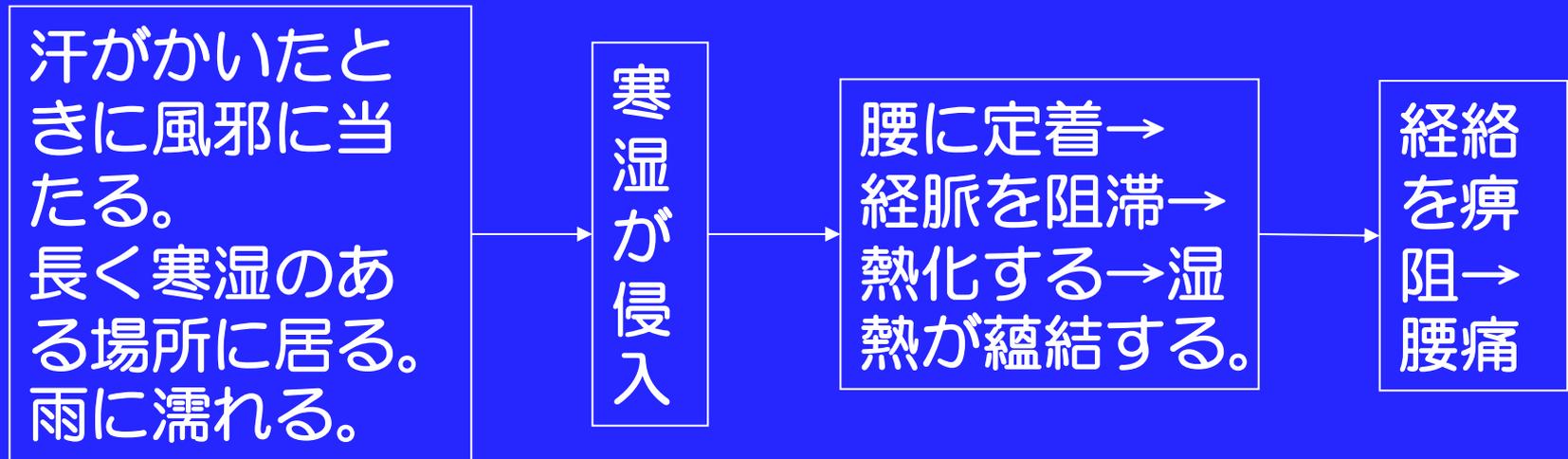
腰は腎の府であり、腎の精気をここに溜める、腎と膀胱は表裏の関係にあり、足の太陽経が通る所である。この外、任脈、督脈、衝脈、帯脈の諸脈も腰部を通る。よって内傷は主に腎虚である。しかし外感風寒湿熱の諸邪であるが、その中では湿邪が一番粘り強く、特に腰部に定着しやすい。よって外感の中では湿邪が最も中心となる。内外の二つの原因が相互に影響し合い、腰部の病因、病機になる。その他外傷による腰痛は瘀血とも関係し、臨床でも多くみられる。

「瘀血の原因」

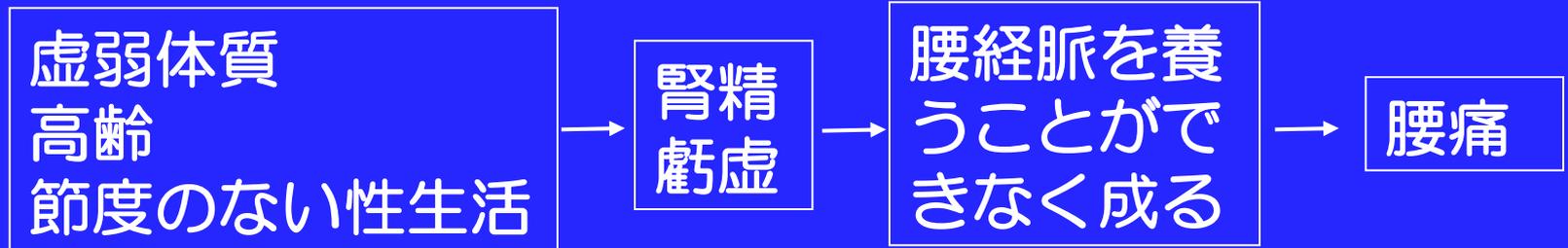
1. 生体の内部要因：気虚(エネルギー不足)、
気滞(巡りの悪さ)、血虚(栄養不良、貧血など)
水滞(水分代謝異常) など
2. 感染症や環境の変動：寒（血液凝固亢進など）
や熱（血液濃縮で粘度亢進など）
3. 免疫異常、老化、精神的素因など
4. 外傷（手術、打撲症、捻挫、骨折など）

1、病 因

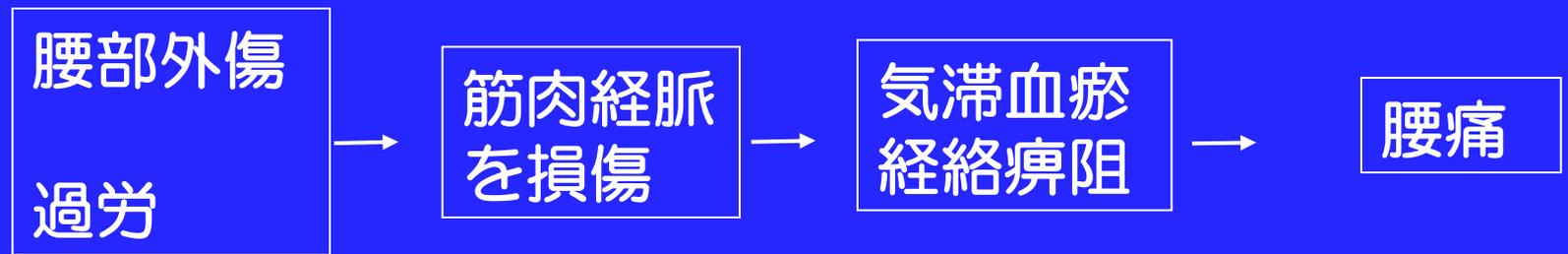
1) 外感寒湿



2) 虚弱高齢・房室不節



3) 外傷・過労



2、病 機

不通則痛：外感風寒湿熱邪気、又外傷などより、腰部の気血の運行が阻害されるため「通じざればすなわち痛む」という状態になり、腰痛が生じるとしている。

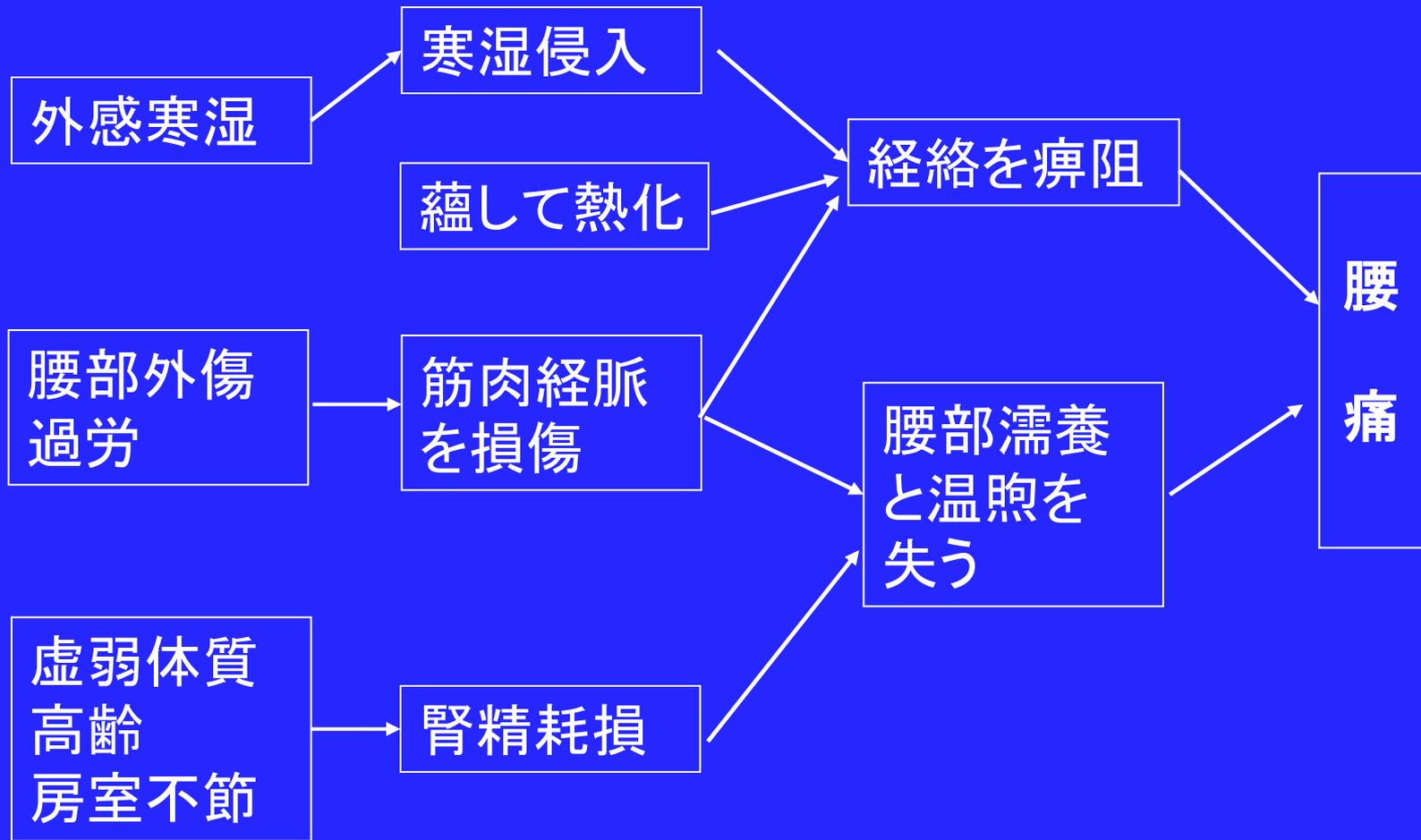
不栄則痛：腎は腰足を主る。腎精虚損すれば、腰部の経脈の滋養や運行することできなく、腰痛を引き起こす。

3、病位：腎。腰部は「腎の府」、足少陰腎經の循行経路が「脊を貫き腎に属している」

4、病理素因：寒湿・気滞・血瘀・腎虚

5、病理の性質：①主に腎虚、
②一部本虚標実

腰痛の病因病機



二、弁証と治療

(一) 弁証のポイント

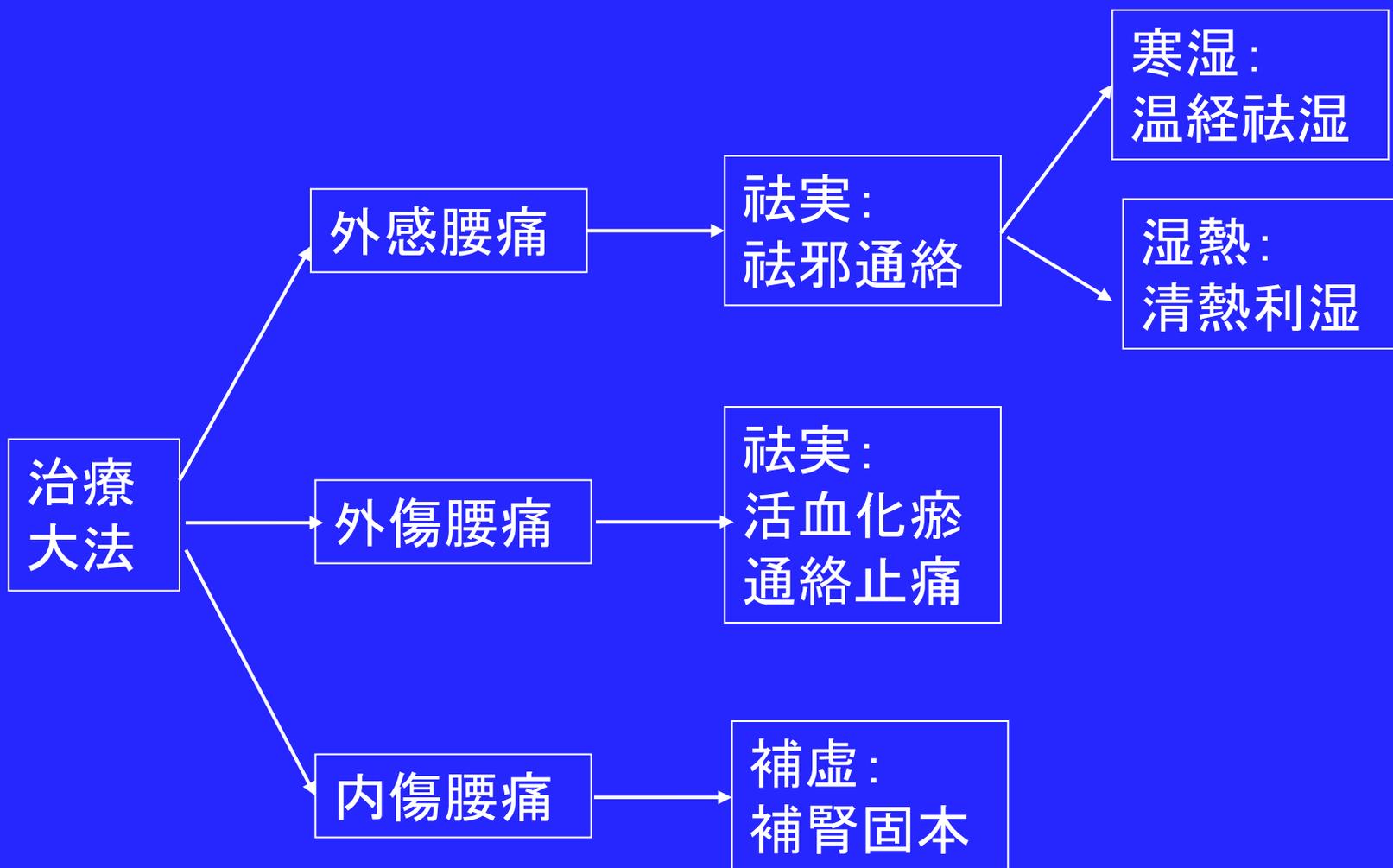
1) 実証と虚証の弁別

	実 証	虚 証
発症	急激	徐々に、繰り返す
経過	短い	長い
疼痛性質	急激な痛み	シクシクと痛む
按診	拒按	喜按

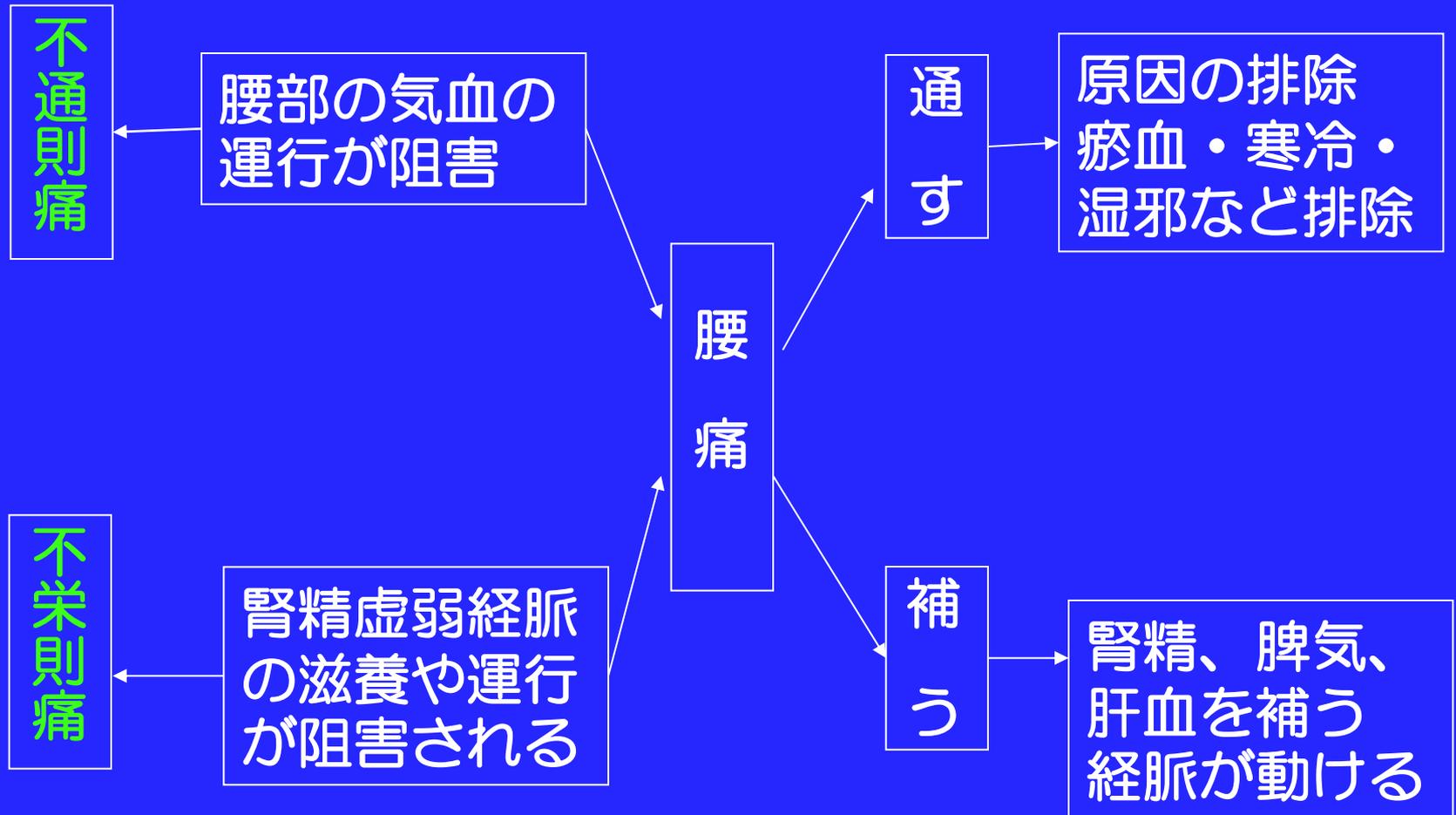
2) 腰痛の特徴とその病因

	腰痛の特徴	病因
	重だるい	湿
	冷感を伴う	寒
	灼熱感を伴う	湿熱
	刺痛、腰部運動障害	瘀血
	だるくて力が入らない	腎虚

(二) 治療原則



通則不痛



(三) 弁証論治

1、寒湿腰痛

- **症状**：腰部の冷痛、腰が重くて動きが鈍い、雨の日や冷えると症状が悪化、局所は温めると軽くなる、舌質淡胖、苔白膩、脈沈緊
- **治法**：散寒祛湿、温経通絡
- **方薬**：甘姜苓朮湯「金匱要略」加減
(甘草、乾姜、茯苓、白朮、桂枝、炮附子)

2、湿熱腰痛

- **症状**：腰痛で患部に熱感を伴う暑いときに痛みが増悪する。尿の色が濃い口苦、舌質紅苔黄、濡数又は弦数。
- **治法**：清熱利湿、疏筋活絡
- **方薬**：四妙丸「成方便読」
(蒼朮、黄柏、牛膝、薏苡仁、海風藤、桑枝)

3、瘀血腰痛

- **症状**：腰に刺すような痛みがある、部位が固定し、患部を押されることを嫌がる、腰部の運動障害、腰痛は昼間は軽いが夜には悪化する、一部の患者は外傷歴がある。
- 舌質暗紫、脈渋
- **治法**：活血化瘀、理气和絡
- **方薬**：身痛逐瘀湯「医林改錯」加減
- （秦艽、川芎、桃仁、紅花、甘草、羌活、没薬、香附子、五靈脂、牛膝、地竜、当帰）

4、腎陽虚腰痛

- **症状**：腰痛、だるくて力が入らない、押されると揉まれることを好む、足がだるく、疲れると悪化して横になると軽くなる、繰り返す発作が特徴。顔面蒼白、手足が冷える、舌淡脈沈細。
- **治法**：温補腎陽
- **方薬**：右帰丸(熟地黄、炮附子、肉桂、山薬、山茱萸、菟絲子、鹿角膠、枸杞子、当帰、杜仲)

5、腎陰虚腰痛

- **症状**：腰痛、だるくて力が入らない、押されると揉まれることを好む、足がだるく、疲れると悪化して横になると軽くなる、繰り返す発作が特徴。不眠、顔面紅潮、ほてり、寝汗、舌紅、苔少、弦細数。
- **治法**：滋補腎陰
- **方薬**：左帰丸（熟地黄、菟丝子、牛膝、亀板膠、鹿角膠、山薬、山茱萸、枸杞子）



お疲れ様でした！