



# 冷え症の漢方治療

黄 懐 龍



当資料の転載、複製、改変等は禁止いたします。

黄懐龍

## 一、概論

冷え症は、女性特有の不定愁訴のひとつで、いつも手足や下腹部、腰などが冷え、寒がり或は冷えのぼせなど不快症候である。

中医学の虚勞証、鬱証、厥証など範疇に属し、主に腎、脾、肝など臓器の病理変化と関っております。

## 二、成因と発病機序

- 1、**体温調節障害**（自律性体温調節系、行動性体温調節系）
- 2、**自律神経失調**（皮膚血管運動、汗腺の分泌、骨格筋）
- 3、**慢性血行障害**（自律神経失調、動脈硬化）
- 4、**内分泌失調**（甲状腺ホルモン、女性ホルモン）
- 5、**栄養失調**（貧血、低血圧、低血糖、栄養不足）

## 三、病因病機

### (一) 陽気の生理と病理

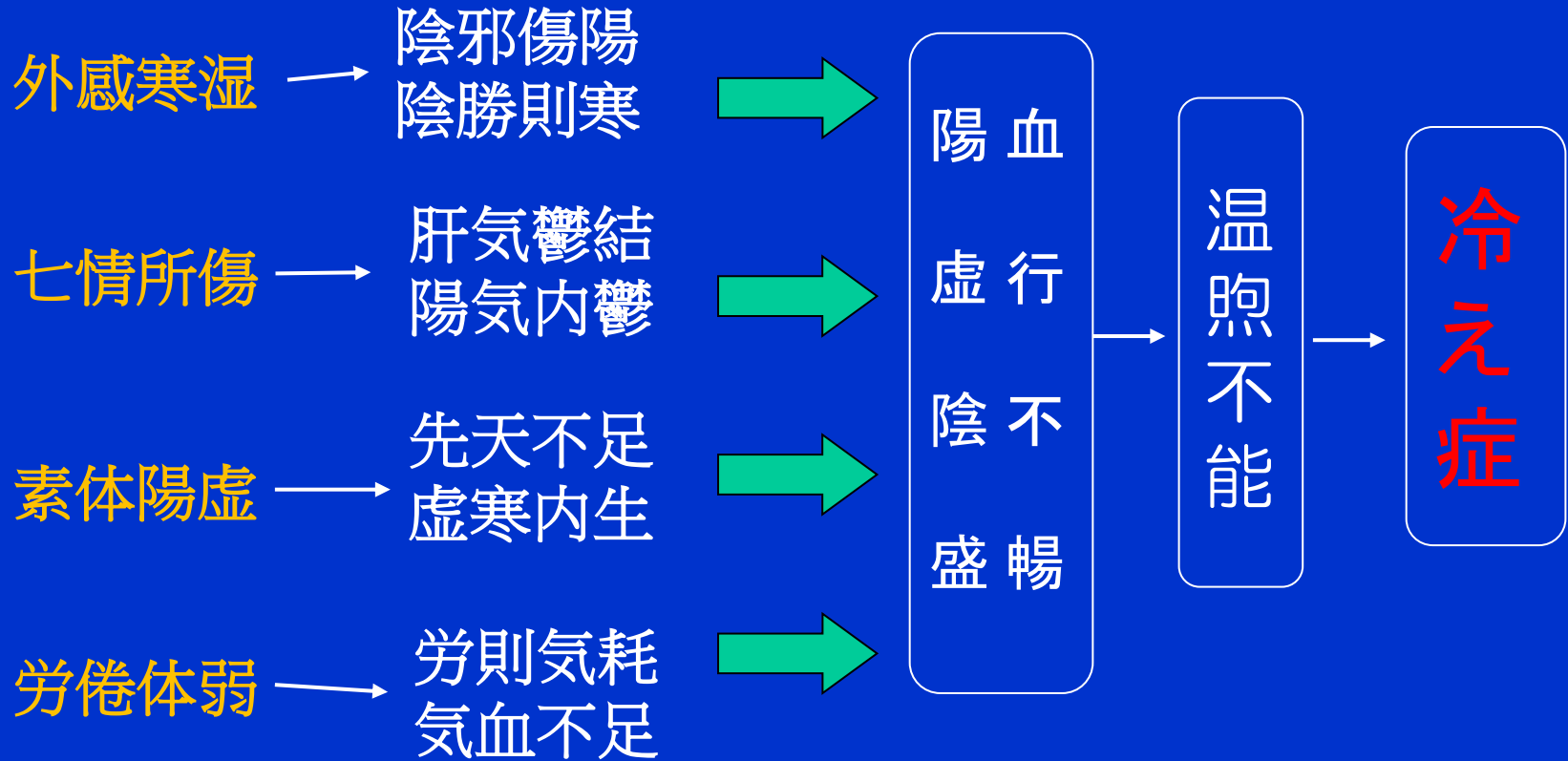
- 1、陽気と温煦
- 2、腎陽「諸陽の本」  
腎陽虚症状
- 3、腎陽不足の治療

治療では「益火之源、以消陰翳」

### (二) 陰陽失調

「察色按脈、先別陰陽」  
「陰勝則寒」、「陽虚内寒」、「上熱下寒」、  
「外熱裏寒」

# 冷え症の病因病機



## 四、弁証論治

### • (一) 血虚受寒

- 症 状：手足の冷え、下腹部から下肢の冷え
- と痛み、月経不順、月経痛、舌質淡、
- 苔は白、脈沈細など
- 治 法：温経散寒、養血通脈
- 方 薬：当帰四逆湯「傷寒論」（当帰、桂枝、
- 芍薬、細辛、炙甘草、木通、大棗）

- (二) 気虚血痺

- 症 状：肌膚麻木不仁、脈微而澁緊（肢体のしびれ、脈が澁で無力など）
- 治 法：益気温経、和営通痺
- 方 薬：黄耆桂枝五物湯「金匱要略」（黄耆、芍薬、桂枝、生姜、大棗）

- (三) 陽虚内寒

- 症 状：腰膝酸痛、形寒肢冷（寒がりと四肢冷え）、倦怠感と脱力感、頻尿或は尿少、インポテンツ、女性は月經過多或は閉経舌淡脈微弱など腎虚不足の症候。

- 治 法：温補腎陽

- 方 薬：腎気丸「金匱要略」（桂附八味丸）



## • (四) 肝鬱脾虚

•

- 症 状：冷えのぼせ、憂鬱感、いらいら、胸脇痛、頭痛、目眩、月経不順、経血量少、乳房が張って痛む、食欲がない、疲れやすい、脈が弦で無力など。
- 治 法：疎肝解鬱、健脾和営
- 方 薬：逍遥散「和剤局方」

## • (五) 血鬱虚寒

- 症 状：腹部が冷えて痛む、四肢冷え、月経不順、生理痛、不正性器出血、下腹部のひきつりなど。
- 治 法：温経散寒、養血祛瘀・
- 方 薬：温経湯加減「金匱要略」  
(呉茱萸、当帰、芍薬、川芎、人参、桂枝、阿膠、牡丹皮、生姜、甘草、半夏、麦門冬)

## 六、常用するエキス剤

- 十全大補湯、人参養栄湯、真武湯、当帰芍薬散、
- 八味地黄丸、牛車腎気丸、当帰四逆加呉茱萸生姜湯
- 四物湯、温経湯、加味逍遥散

ご清聴ありがとうございました！