



頭痛の中医弁証論治

黄懷龍

当資料の転載、複製、改変等は禁止いたします。

黄懷龍

一、はじめに

(一) 定 義

頭痛とは、頭部に感ずる深部痛の総称である。その中に原因疾患が明らかでなく、頭痛のみを主要症候とする疾患である。

中医では頭痛を「内傷頭痛」「外感頭痛」「頭風」「眞頭痛」などに分けられる。

(二) 頭痛の分類

- I、機能性頭痛
 - a、緊張型頭痛
 - b、偏頭痛
 - c、群発性頭痛
 - e、その他
- II、器質性頭痛
 - 脳腫瘍や髄膜炎、くも膜下出血などが原因で起こる頭痛。

頭痛の種類 — 頭痛には一次性頭痛と二次性頭痛があります —

一次性頭痛

片頭痛、緊張型頭痛、群発頭痛など

- 頭痛の原因となる他の病気はみられません
- 繰り返し頭痛が起こります
- 頭痛患者さんの90%が一次性頭痛です



頭が痛いこと自体が病気です。

二次性頭痛

約10%

約90%

一次性頭痛



二次性頭痛

他の病気が原因で起こる頭痛

- 突然の頭痛
- 今まで経験したことのない、様子の異なる頭痛
- 痛みの回数と痛さの程度が増していく頭痛
- 原因不明の高熱や吐き気を伴う頭痛
- 初めての頭痛が50歳以降に起きた
- 字の読み書きがしにくい、頭が働かないなどの症状を伴う頭痛

主な症例

- | | |
|----------|-----------|
| ● 脳腫瘍 | ● 慢性硬膜下血腫 |
| ● 脳梗塞 | ● 髄膜炎 |
| ● くも膜下出血 | ● 高血圧 |
| | ● 脳出血 |

生命にかかわる場合もあり、注意が必要です。

二、頭痛の病因病機

頭は「諸陽の会」「清陽の府」「脳は髓の海である」である。

六淫邪気が外から侵入し、直接清空を侵し、或は経絡にそって頭部を乱す。

或は内臓の各種病変が起こったり、痰濁、瘀血が経脈を阻滯して、気血の循行不良、脈管の拡張やなどの乱れを生じ、清陽の気が抑阻され、気血逆乱、瘀阻経絡、脳の滋養を失う、これにより、頭痛が起こる。

(一) 病因病機

・ 1) 外感六淫

- ・ 風寒→血脈を凝滯し、絡道を阻遏する
- ・ 風熱→風熱が炎上し、清空を上擾する
- ・ 風湿→清氣を阻遏し、清竅を蒙蔽する

・ 2) 情志失調

- ・ 憂鬱→氣鬱化熱—— 清空を上擾する
- ・ 怒り→肝火上亢——

・ 3) 飲食不節

- ・ 過食 [脾胃] 運化失調 [清竅を蒙蔽する
- ・ 飲酒 [損傷] 痰湿内生 [清陽を阻遏する

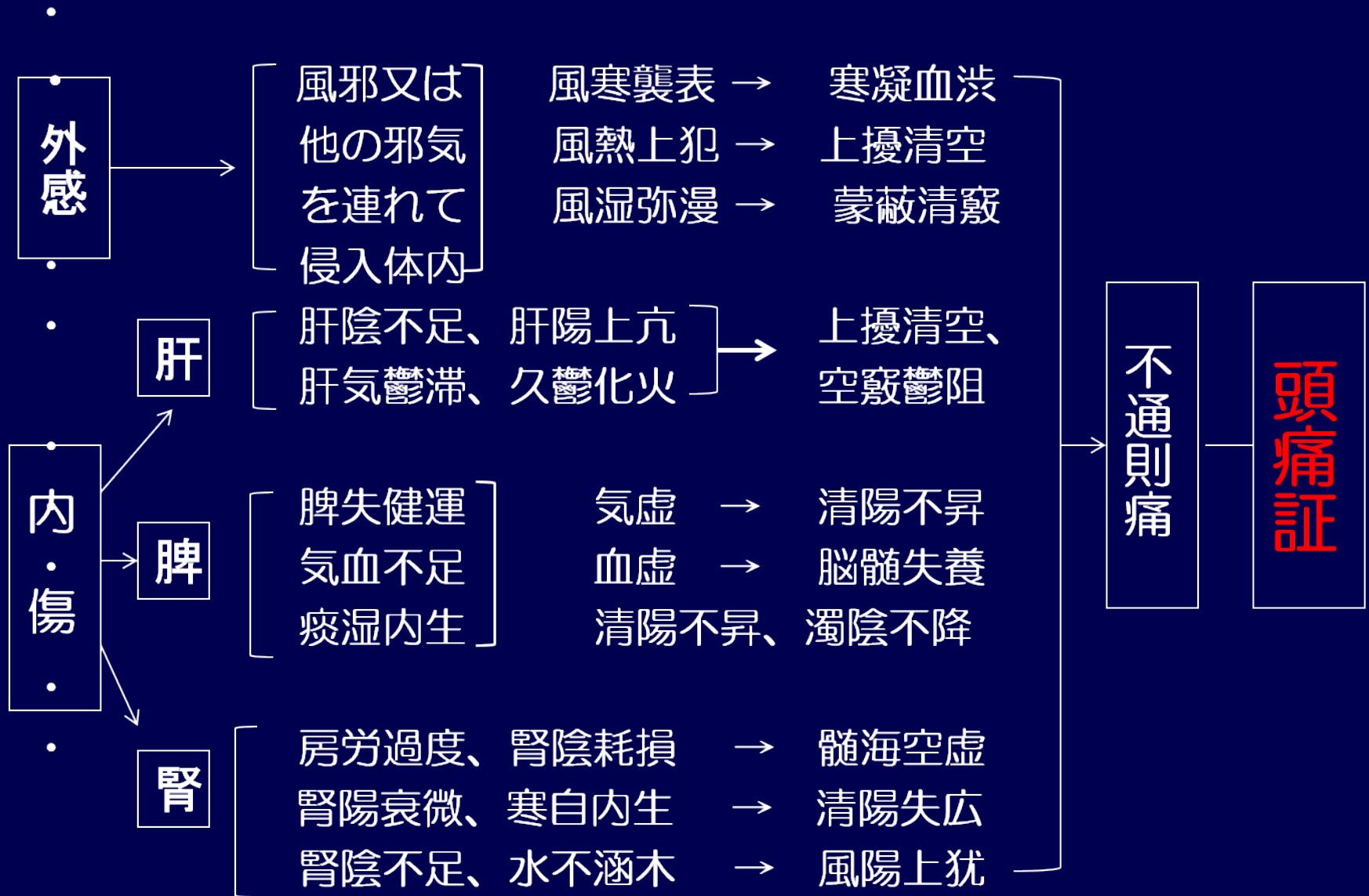
・ 4) 正気の不足

- ・ 先天不足 [腎精不足 → 髓海空虚
 - ・ 房室過度 [陰虚及陽 → 清陽不昇
 - ・ 体虚持病 [損傷脾胃 → 気血不足
 - ・ 過労食傷
- 腦失濡養

・ 5) 外傷

- ・ 外傷 → 瘀血が内停 → 脳絡を阻滯 → 気機が阻滯

頭痛の病因病機



- (二) 病理と治療原則：

- 主に「不通則痛」と「失養則痛」の二つ方面により、五臓の精華の気、六腑の精陽の気が注ぎ上がれないので、脳髄を養わないため、頭痛が起られます。
- 通利とは、広義の意味では散寒、化湿、調気及び補益気血陰陽、通経活絡などで、いろいろな病邪を除去、気血陰陽を整える方法を概括した意味であり

三、弁証論治

(一) 弁証ポイント

1、外感と内傷の弁証

	外感頭痛	内傷頭痛
病因	風・寒・熱・湿	腎虚・血虚・肝陽 痰濁・瘀血
発症	急	急・緩・繰り返す
疼痛 性質	激しい	緩やか
経過 時間	短い	長い
虚実	実	虚、虚実夾雑

(二) 弁証論治

1、風寒頭痛

- ・ **症状**：悪寒頭部牽制痛、風寒に当たると酷くなる。
- ・ 筋肉関節がだるく、口不渴、舌苔薄白、脈は浮緊である。
- ・ **治法**：疏風散寒止痛
- ・ **方薬**：川芎茶調散加減（川芎、荊芥、防風、白芷、羌活、細辛、僵蚕、甘草、薄荷、茶葉）

2、風熱頭痛

- ・ **症状**：頭が張って切られるような疼痛、喉が渇く、面紅目赤、脈は浮数或は洪数、舌苔は薄黄である。
- ・ **治法**：祛風清熱止痛
- ・ **方藥**：芎芷石膏湯「医宗金鑑」（川芎、白芷、石膏、藁本、菊花、羌活）。

3、風湿頭痛

- ・ **症状**：頭痛が重く痛む、身体もだるく重く、胸悶、食欲不振、舌苔は白膩、脈は緩である。
- ・ **治法**：祛風勝湿止痛
- ・ **方薬**：羌活勝湿湯「内外傷弁惑論」（羌活、独活、川芎、蔓荊子、甘草、防風、蒿本）

4、肝陽頭痛

- ・ **症状**：頭痛眩暈する、イライラ怒りやすい、顔色が赤っぽい、胸苦しい、舌紅脈弦或は弦細である。
- ・ **治法**：平肝潜陽
- ・ **方薬**：天麻釣藤飲「雑病証治新義」（天麻、釣藤、石決明、牛膝、桑寄生、杜仲、山梔子、黄芩、益母草、茯神、夜交藤など）

5、気血虚頭痛

- ・ **症状**：眩暈頭痛、だらだらと続く痛み、疲れると、
- ・ 酷くなる。肢体倦怠、顔面萎白、動悸気短、
- ・ 舌淡苔薄、脈細弱など。
- ・ **治法**：補益気血
- ・ **方薬**：気虚—益気昇清「順気和中湯」「証治準
- ・ 繩」（補中益気湯＋芍薬、蔓荊子、
- ・ 川芎、細辛）
- ・ 血虚—滋陰養血「加味四物湯」（四物湯＋
- ・ 蔓荊子、菊花、黄芩、甘草）
- ・ 気血両虚—補益気血「人参養営湯」

6、痰濁頭痛

- 症狀：頭重痛昏蒙、脘腹痞悶、惡心嘔吐、食欲不振、舌苔白膩、脈滑或心脈弦滑
- 治法：化痰降濁
- 方藥：半夏白朮天麻湯（半夏、白朮、天麻、橘紅、生姜、大棗、甘草）

7、瘀血頭痛

- ・ **症状**：頭痛部位固定、刺されるような痛み、持
- ・ 続的、或は頭部 が外傷されたことがあ
- ・ る、舌は紫暗、瘀斑、脈は澀である。
- ・ **治法**：活血祛瘀、行気止痛
- ・ **方薬**：通竅活血湯「医林改錯」（赤芍、川芎、
- ・ 桃仁、麝香、大棗、老葱、生姜、黄酒）

四、予防とケア

- ・ 静かな環境で休憩する。
- ・ 気温の変化に気をつけ、十分な睡眠を取り、適当な運動を行って体質を強化し、外邪の侵入を防ぐ。
- ・ ストレスを解消する。
- ・ 脂っこい食事を控える。
- ・ タバコ・飲酒を控える。



お疲れ様でした！