

下痢の中医弁証論治

(附：潰瘍性大腸炎の症例検討)

高橋楊子・上海中医薬大学附属日本校

中医学では、下痢を「泄瀉」と呼び、また「濡泄」、「飧泄」、「溏泄」などの呼び方もある。いずれも軟便、泥様便、水様便、不消化便などを指す。

👉脾胃機能及び特徴

👉古典原文

“清気在下、則生飧泄……湿盛則濡泄” 『素問』

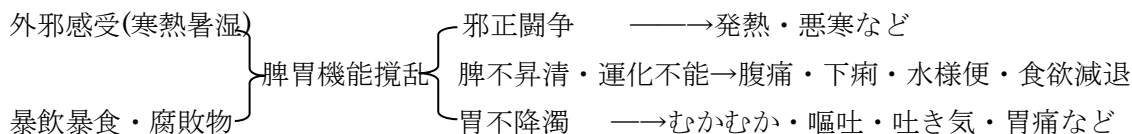
“飲食自倍、腸胃乃傷” 『素問』

“胃中寒、則腹脹、腸中寒、則腸鳴飧泄、胃中寒、腸中熱、則脹而且泄” 『靈樞』

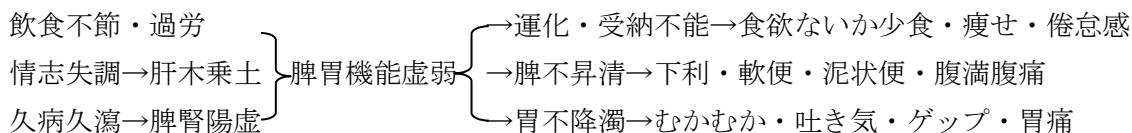
“泄瀉之本、無不由于脾胃。…飲食不節、起居不時、以致脾胃受傷、則水反為湿、穀反為滯、精華之氣不能輸化、乃致合汚下降而瀉利作矣” 『景岳全書』

一．病因病機

【急性下痢】



【慢性下痢】



二．弁証論治

寒・熱・虚・実に見分ける。

急性下痢は外邪（特に寒熱暑湿）・暴飲暴食による実証が多く、去邪利湿を中心とする。

慢性下痢は臓腑失調の虚証か虚实挾雑が多く、扶正（健脾・補腎など）及び去邪利湿、疏肝理気を中心とする。

【急性下痢】

1．寒湿下痢

症状：下痢、腹痛腹鳴、嘔吐悪心、胃脘痞満、食欲減退、時に悪寒発熱、頭痛鼻水を伴う、苔薄白膩、脈浮濡。

治則：解表散寒・化湿理気

方剤：藿香正気散・五苓散・胃苓湯・香蘇散など

藿香正気散：藿香・紫蘇葉・白芷・桔梗・大腹皮・茯苓・蒼朮・厚朴・陳皮・半夏・甘草・生姜・大棗。解表化湿・理氣和中。

五苓散：沢瀉・茯苓・猪苓・白朮・桂枝。利水去湿・温陽化氣（太陽經腑同病）。

胃苓湯：五苓散十平胃散（蒼朮・厚朴・陳皮・甘草・生姜・大棗）。健脾利湿和胃。

香蘇散：紫蘇葉・香附子・陳皮・甘草。疏散風寒、理氣和中。

2. 湿熱下痢

症状：腹痛下痢、泄瀉急迫、便が黄色くて臭い、排便不爽、肛門の灼熱感、煩熱口渴、尿少尿黄、舌紅苔黄膩、脈滑数、濡数。

治則：清熱化湿

方剤：葛根黄芩黄连湯・半夏瀉心湯・茵陳五苓散など

葛根黄芩黄连湯：葛根・黄芩・黄连・甘草。清熱化湿止瀉。

茵陳五苓散：茵陳蒿・茯苓・猪苓・沢瀉・白朮・桂枝。清熱利湿・利小便・退黄疸

半夏瀉心湯：半夏・乾姜・黄芩・黄连・人参・甘草・大棗。和胃降逆、開結散痞。

3. 食滯下痢

症状：腹痛腹鳴、下痢穢臭（汚くて、腐った玉子のような悪臭をする）、便に未消化物を混じる、排便後、腹痛が軽減する、脘腹痞満、嘔吐悪心、食欲なし、苔厚膩、脈滑。

治則：消食導滯

処方：保和丸・焦三仙・半夏瀉心湯・平胃散など

保和丸：山楂子・神麴・半夏・茯苓・陳皮・連翹・萊服子。消食和胃。

＊焦三仙。山楂子・神麴・麦芽。消食導滯。

【慢性下痢】

1. 脾胃虚弱

症状：軟便下痢（軟便、泥様便、粘液便、水様便）、食欲不振、食後腹脹、重苦しい、顔色萎黄、倦怠無力、舌淡苔白、脈細弱。

治則：健脾益氣

処方：参苓白朮散・啓脾湯・補中益氣湯・人参湯・黄耆建中湯など

参苓白朮散：人参・茯苓・白朮・山藥・蓮肉・白扁豆・薏苡仁・陳皮・縮砂・桔梗・甘草。健脾益氣、化湿止瀉。脾虚下痢に最も効果のある方剤。

啓脾湯：人参・茯苓・白朮・山藥・蓮肉・陳皮・山楂子・沢瀉・生姜・大棗・甘草。参苓白朮散から変化してきた方剤。

補中益氣湯：黄耆・人参・白朮・陳皮・炙甘草・当帰・升麻・柴胡。健脾益氣・補中昇清。

人参湯：人参・乾姜・白朮・炙甘草。温中健脾。

黄耆建中湯：黄耆・膠飴・桂枝・芍薬・甘草・生姜・大棗。温中補虚・和裏緩急止痛

2. 肝気乗脾

症状：緊張・情緒不安定により、腹痛下痢を起しやすい、排便後、腹痛も時々ある。普段から憂鬱、不安、イライラ、腹脹、ゲップやガスが多い、苔薄膩、脈弦。

治則：疏肝健脾

処方：痛瀉要方・逍遙散・四逆散など

痛瀉要方：白朮・白芍・陳皮・防風。柔肝止痛・健脾止瀉。

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

四逆散：柴胡・枳実・芍薬・甘草。透邪解鬱・疏肝理脾。

3. 腎陽虚弱

症状：明け方の下痢軟便（五更瀉）、時に腹部鈍痛を伴う、四肢冷え、腰膝酸軟、舌淡苔白、脈沈弱。

治則：温腎健脾・固澁止瀉

処方：四神丸・附子理中丸・真武湯など

四神丸：補骨脂・肉豆蔻・呉茱萸・五味子（生姜・大棗）。温腎暖脾、固澁止瀉。

附子理中丸：附子・人參・乾姜・白朮・甘草。温陽散寒、健脾益氣。

真武湯：附子・茯苓・白朮・白芍・生姜。温陽利水。

三. 生活面の注意点

1. 暴飲暴食をやめる。
2. 生冷物、脂っこいもの、甘物を控える。
3. 食べ物をゆっくり噛んで食べる。
4. 健脾・益気・止瀉の食材をお勧めする。（山芋、長いも、大和芋、蓮肉、なつめ、芡実、ハトムギ、生姜、梅、リンゴ、ヨーグルトなど）
5. 過労・夜更かしを避け、正しい生活のリズムを守る。
6. 適度な運動を行う。
7. ストレスを溜め込まず上手く発散する。

【症例検討】潰瘍性大腸炎

患者：女性 24歳 事務員

初診日：某年1月25日

主訴：粘液便・軟便が一日に2～3回。

現病歴：2年前、仕事の多忙やストレスにより突然に血便・粘液便の症状が現れ、大学病

院で大腸ファイバーなどの検査により「潰瘍性大腸炎」と診断され、約半年間副腎皮質ホルモンの服用により血便が止まった。その後サラゾピリンに切り替え、治療を受け続いたが、粘液便及び軟便が改善しなかったため、友人の紹介で漢方治療に来た。

望診：顔色萎黄、痩せ型。

問診：粘液の混じる便（時に白っぽい腸粘液だけ）や軟便が2～3回／日、食後に出やすい。時に腹痛があり排便後解消される。便はとくに臭くない。腹脹、ガスが溜まりやすい。体がだるい、最近立ち眩みが多い。食欲減退、時々胃が重くてゲップが出る。昔、甘い物や冷たい物をよく食べたことがある。月経は特に異常なし。

舌診：舌淡胖大、歯痕がある、苔薄白膩。

脈診：沈弱脈、左脈やや弦。

血圧 106/66mmHg、身長/体重 167 c m/49 k g

西洋医学診断：潰瘍性大腸炎

弁証：

治則：

処方：