



岩崎灌園『本草図譜』に描かれたウイキョウ

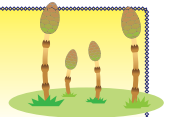
ウイキョウ

セリ科のウイキョウはフェネルとも呼ばれるヨーロッパ地中海地方原産の多年生草本で、高さは1～2m。古代エジプトやローマでも栽培されていた。中国には4～5世紀に西域から伝わり、腐った魚肉に混ぜると香気を回復するので「回香」の名ができたという。日本には平安時代の初期に中国より渡来し、長野県や鳥取県などで栽培されている。漢方では果実を「茴香」といい、モクレン科の大茴香（八角、スターアニス）に対し、小茴香とも呼ばれる。薬物としては唐の『新修本草』（659年）に「藜香子」の原名で初めて記載された。健胃・理気（あんちゆうさん しんこうとう）の目的で用い、安中散や神効湯などに配合されている。

ポリファーマシー

漢方鍼灸治療センター

センター長 鈴木邦彦



全国の保険薬局による処方薬剤の数に関する調査の結果、75歳以上の患者さんの25%が7種類以上、40%が5種類以上の薬剤を使用しており、多剤併用が問題視され「ポリファーマシー」という言葉が使われるようになりました。ポリファーマシーとは「ポリ（複数）」＋「ファーマシー（薬剤）」からなる造語ですが、単に複数の薬剤を使用している状態を指す言葉ではありません。多くの薬剤を使用している場合でも、治療や健康管理に必要な処方内容であれば、ポリファーマシーとは言えません。逆に使用している薬剤が少ない場合でも、同成分の薬剤が重複している場合、薬剤間の相互作用が疑われる場合、使用する意図が明確でない薬剤が含まれている場合などは、ポリファーマシーの可能性がります。要するにポリファーマシーとは、様々な要因によって必要以上に医薬品が処方されている状態のことです。例えば、ある患者さんが内科に通院中で、胃薬が処方されているとします。新たに腰痛が起これば整形外科から鎮痛剤と共に、胃への副作用を減らすために胃薬も処方され、結果的に胃薬が重複して使用されることとなります。他にも様々な状況で過剰な医薬品が処方されポリファーマシーが起これば、場合によっては適切な治療の妨げとなっている事もあります。

特に、高齢の患者さんは多くの疾患や慢性の症状を抱えるため、多剤服用になりやすいといわれ高齢者におけるポリファーマシーが問題となって

います。加齢に伴い肝臓や腎臓の代謝機能が低下することから、一般成人と比較すると血中濃度の増大や、成分消失に時間がかかる傾向がみられ、通常の用量でも有害事象を起こす可能性が高くなります。このような高齢者に対する処方の指針として、日本老年医学会から「高齢者の安全な薬物療法ガイドライン」が示され、推奨される薬剤や中止すべき薬剤などについての説明がなされています。また、「ポリファーマシー外来」を設け医師、薬剤師、看護師などの医療スタッフが情報を共有し処方を見直し、問題解決に向け取り組んでいる医療機関もあります。薬剤の使用量を減らすことができれば、患者さんに適切な薬物治療が行われ、さらに医療費の削減にも繋がってきます。

漢方医学においては、心と身体はお互いに影響し合う「心身一如」という考え方に基つき、一つの漢方薬で心身全体の不調を整えるという治療を伝統的に行ってきました。しかし、近年漢方治療の現場においても、一人の患者さんが複数の医療機関を受診し、それぞれの医師から複数の漢方薬の処方を受ける、「漢方薬ポリファーマシー」という状況が起っています。この問題に関しては、漢方治療に関わる医師、薬剤師、漢方業界関係者が協力し、漢方薬ポリファーマシーの現状を把握し、漢方薬の適正使用についての検討が必要であると考えています。伝統ある日本漢方を継承し、限りある生薬資源を有効に活用するためにも大変重要なことです。

最新 漢方研究の世界

良薬は口以外にも苦し?!

基礎研究部 室長補佐 永井隆之

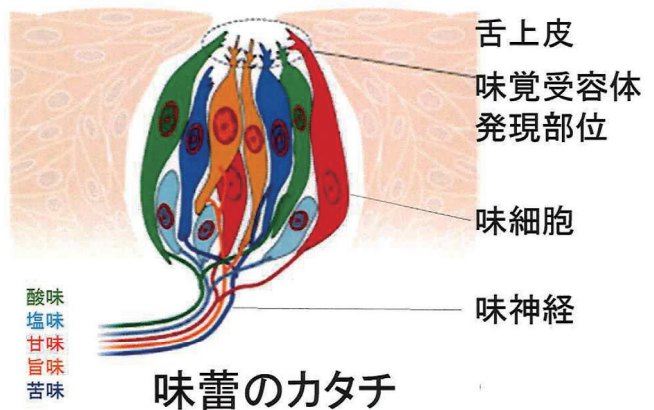


漢方薬を服用されたとき、漢方薬、とりわけ煎じ薬に様々な「味」を感じられることと思います。西洋薬と異なる漢方薬の特徴のひとつとして、この「味」があります。「味」には基本的に甘味、旨味、苦味、塩味、酸味の5種類があつて、漢方診断の特徴である「舌診」で診る「舌」の上の「味蕾」にある味細胞のそれぞれの味覚受容体に化学物質（味物質）が結合することによって味が感じられます。少し前までは、「甘味は舌の先端で」「苦味は舌の奥で」などと、舌の異なる領域で味を感じる「味覚地図」の存在が信じられてきましたが、現在では、ひとつの味蕾ですべての基本味を感知することが明らかになっています。甘味と旨味受容体はそれぞれ1種類のみ、塩味と酸味受容体はおそらく数種類しかありませんが、苦味受容体は少なくとも25種類あります。

この味覚受容体ですが、遺伝子解析により舌以外の臓器にも存在することがわかってきています。舌以外の臓器に存在する味覚受容体の働きについてはわかっていないことが多いのですが、最近の研究で、気道において味覚以外の役割を持ち、細菌から体を守っていることが明らかになっています。すなわち、苦味受容体が鼻の細胞にも存在し、細菌に対して3種類の防御反応を誘発することが示されました。まず、苦味受容体が細菌が作る化学物質を感知して鼻の細胞にシグナルを送り、その表面にある線毛を動かして侵入物を押し出します。2つ目に、苦味受容体が細胞に指示して殺菌作用のある一酸化窒素を放出させます。そして3つ目は、苦味受容体が別の細胞にシグナルを送り、「ディフェンシン」という抗菌タンパク質を放出させるというものです。現在、苦味受容体は人間の自然免疫系の一部だと考えられており、「苦味」が体に入って来る異物を体外に排除

するシグナルであるという体の摂理にも合致します。侵入してきたウイルスや細菌に対して特異的な抗体を作り出すには数日かかります。これに対し、苦味受容体の防御反応は、特定の細菌やウイルスに狙いを定めているわけではありませんが、ほんの数分で起こる正真正銘の早期警戒システムと言えます。さらに、苦味受容体が舌と鼻だけでなく、気道の別の場所や、心臓や肺、腸などの臓器にも存在していることが発見され、これらの臓器での苦味受容体の役割が検討されています。さらには、免疫系の主要メンバーである白血球も苦味受容体を使って細菌が作る化学物質を検知することが示されています。

植物に含まれるフラボノイドやカテキンなどのポリフェノール、リモネンなどさまざまな成分が苦味受容体に働くことが報告されています。漢方薬には多くの味物質が含まれていますが、これらが舌だけでなく、全身の味覚受容体に働き、漢方薬の効き目に関わっていることは容易に予想されます。しかし、味覚受容体の舌以外での作用についてはまだわかっていないことが多いことから、今後の研究の進展が期待されます。



生薬豆知識 ウイキョウ

薬剤部 主任 高 際 麻奈未



ウイキョウは夏にセリ科に特徴的な複散形花序（花柄が花軸の先端を中心として放射状につく）を頂生し、黄色の小さな花を多数つけます。果実

が黄熟する少し前の9月頃に果穂を採集し、日干しにしてから果実だけを集めます。ローマ語の学名は「小さな干し草」の意です。中世ヨーロッパで

は葉をいぶして妖怪変化を呼び出すため魔法使いが用いる「魔術の草」として知られていました。

ウイキョウの利用部位としては果実、葉、鱗莖^{りんけい}（根元近くの肥大した白い部分）の3つの部分に分けることができます。果実は主に香辛料として用いられる他、薬用として用いられています。芳香性健胃薬として食欲を促進し、胃腸に溜まったガスを除去する働きがあり、市販の漢方胃腸薬にも配合されています。ウイキョウは類似植物が多くパン・デピスやキャンディに入っているものは同じセリ科のアニスで、アネトールという芳香性の精油成分を含むので似たような味がします。葉は主に香草として肉料理などに利用されます。鱗莖はフヌイユやフィノッキオと呼ばれ、ヨーロッパではよく使われている野菜なのをご存知でしょうか。新鮮なフヌイユを生で食べたり、スープやサラダに入れることもあります。

フランスにはフェネルを使ったパスティスというリキュールがあります。特に南仏では食前酒として飲まれることが多いようです。パスティスは琥珀色の液体ですが、飲むときに水割りにすると液が白く濁ります。これは親水性のアルコールに強疎水性のアネトールが溶け込んでいることで起こる現象として知られています。

ギリシャ語ではウイキョウのことを「マラトン」といいます。これはギリシャのアテネ北東のマラトンで紀元前490年に繰り広げられたアテネ軍とペルシャ軍の「マラトンの戦い」の戦場にウイキョウの花が一面に咲いていたことから、古代ギリシャ語でウイキョウを意味するマラトンと名づけられたそうです。アテネ軍のある兵士がマラ

トンアテネ間の約40キロを走り、「我ら勝てり」と伝えて絶命したという故事に由来し、第1回オリンピックで創設されたのがマラソン競技の始まりとされています。マラソン競技を観戦する機会がありましたらウイキョウのことを思い出してみてください。



ウイキョウの花



ウイキョウの果実

パリのマルシェに並ぶ
フェネルの鱗莖(フヌイユ)

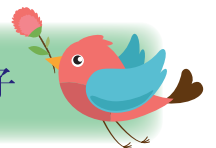
ツボの効用 ^{じょしつ} 女膝穴について

自分の口からおいしくお食事をいただき、健康に長寿をまっとうするためには元気なうちから口腔内環境を整えておく必要があります。

みなさんは「8020（ハチマル・ニイマル）運動」という言葉をご存知でしょうか。「8020運動」とは、「80歳以上になっても20本以上の歯を保とう」という運動で平成元年から厚生労働省と日本歯科医師会が提唱しスタートしました。8020達成率は厚生労働省の調査（平成28年歯科疾患実態調査）によると、80～84歳の達成率は44.2%で、85歳以上でも25.7%にまで伸びています。8020運動の達成者はすでに5割を超えてきている近年、歯の本数だけではなく、そ

れに加えて口腔機能の衰えを軽視しないことの重要性が注目され、「オーラルフレイル：Oral Frailty」という概念が提案されました。フレイル：Frailty＝高齢期になり心身の機能や活力が衰え、虚弱になった状態、つまり口腔機能の脆弱化を意味します。口の機能低下（口腔機能低下）が生じ低栄養や筋力低下リスクが高まり、食べる機能障害（摂食機能障害）を引き起こすことになります。この一連の現象及び過程をオーラルフレイルと呼びます。判定基準としては①自分の歯が20本以下②滑舌の低下③噛む力が弱い④舌の力が弱い⑤「半年前と比べて硬いものが噛みにくくなった」と思う⑥「お茶や汁物でむせることがあ

鍼灸診療部 主任 黒岩 奈々子



る」と思うの上記6項目のうち、3つ以上当てはまる人が「オーラルフレイル」と判定されます。

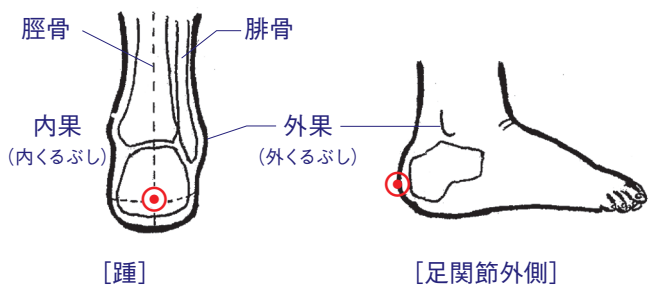
(神奈川県オーラルフレイルハンドブック県民向け引用)。日常生活で何となく会話しにくかったり、噛めない食品が増えたり、むせたりといったお口の機能低下を感じたら、「年のせい」と決めつけずに対応することが大切です。

歯を失う原因で最も多いのが歯周病です。歯周病の実態は歯周病菌による感染症です。この歯周病は全身との関わりがあるとされており、例えば誤嚥性肺炎や認知症、心疾患などのリスクを高めるといった研究報告がされています。このように歯と口の健康維持の為に自分でもしっかり口腔ケアをすることが大切です。

今回は、歯痛や歯肉炎、歯槽膿漏などの歯周病に効果のあるツボを女膝穴をご紹介します。女膝穴(図)は奇穴という古代中国より即効性のある施術点として知られていて、十四経脈には属していないツボです。その有効性は経験的に証明されており、時に期待以上の効果をもたらします。この女膝穴の見つけ方は、踵の後ろで中央にあり、アキレス腱(ふくらはぎの筋肉の腱)停止部にあ

る陥凹にとります。強く押すとズーンとした圧痛を感じる所です。このツボは江戸時代の本で『名家灸選』の中に、骨槽風(歯槽膿漏に相当)を治す方法として、女膝穴に左右50壮ずつ灸をすることの記載がみられます。実際に50壮するのとは大変なので、15~30壮くらいの間で灸の熱が心地よく感じるまで施灸します。他の鍼灸書には、歯槽膿漏の他に歯肉炎、膀胱炎などによる排尿痛・残尿感、失神や精神錯乱にも効果があると記載されており、このツボは歯科領域だけではなく幅広い適応があると考えられます。

(図)



東洋医学総合研究所 外来案内
漢方鍼灸治療センター

漢方科 2020年4月~						
	月	火	水	木	金 土 ^⑤	
午前	花輪 ^① 星野 森(裕) 石毛	花輪 鈴木 森(裕) 石毛	花輪 ^② 川鍋 石毛	花輪 小田口 川鍋 森(瑛)	伊藤(剛) 鈴木 星野 森(裕)	小田口 及川 鈴木 星野 森(裕) 川鍋 石毛
午後	森(裕) 川鍋 【冷え症外来】 鈴木	伊藤(剛) 鈴木 伊東	星野 川鍋 石毛	小田口 及川 ^③ 川鍋 五野	鈴木 星野 森(裕) 伊東 【冷え症外来】 伊藤(剛) ^④	

休診日：日曜日・祝祭日・年末年始(12/29~1/3)
ホームページ：http://www.kitasato-u.ac.jp/touji-ken/

鍼灸科 2020年4月~						
	月	火	水	木	金 土 ^⑤	
午前	伊藤(剛) 黒岩 石原 小山	柳澤 井田 石原	石野 井田 黒岩 石原	伊藤(剛) 伊藤(雄) 小山	伊東 黒岩 近藤 石原	伊東 井田 黒岩 伊藤(雄) 近藤
午後	井田 近藤 石原 小山	黒岩 伊藤(雄) 近藤 石原	伊東 伊藤(雄) 近藤 石原	井田 黒岩 伊藤(雄) 小山	伊藤(剛) ^⑥ 井田 伊藤(雄) 石原	

※黒字は男性医師または男性鍼灸師
赤字は女性医師または女性鍼灸師
※専門外来では一般の患者様の診療も行っています。

- ① 月曜日午前の花輪医師の外来は、初診の方のみとなります。
- ② 水曜日午前の花輪医師の外来は、第2が休診となります。
- ③ 木曜日午後の及川医師の外来は、第2のみとなります。
- ④ 金曜日午後(第1・3)の伊藤(剛)医師の冷え症外来は初診の方のみとなります。
- ⑤ 土曜日の外来は、交代制となります。スケジュールはホームページまたは予約電話へお問合せください。
- ⑥ 金曜日午後の伊藤(剛)医師の外来は、第2・4のみとなります。

予約電話：03-5791-6169
(月~金) 8:30~11:00
及び
12:00~16:00
(土曜日) 8:30~12:30
お薬に関する問い合わせ：
03-5791-6167
その他のお問い合わせ
代表：03-3444-6161

初診受付時間

漢方科	月~金曜日	土曜日(午前のみ)
午前	8:00~10:30	8:00~10:30
午後	12:50~15:00	

鍼灸科	月~金曜日	土曜日(午前のみ)
午前	8:00~10:00	8:00~10:30
午後	12:50~14:30	

再診受付時間

漢方・鍼灸	月~金曜日	土曜日(午前のみ)
午前	8:00~11:00	8:00~11:30(鍼灸) 8:00~12:00(漢方)
午後	12:50~15:30	

漢方ドック

月~金曜日(完全予約制)
9:00~15:30



WEBサイト