



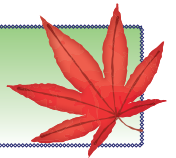
岩崎灌園『本草図譜』に描かれたガイハク

## ガイハク

薤白はユリ科のノビルおよびラッキョウの鱗茎を洗浄後、湯通しして乾燥させたものです。中国の宋の時代に書かれた薬物についての古典『図経本草』に「青い部分を去り、白い部分のみを用いるものである。」と記載されており、このことから薬用部位は地上部を除いた白い鱗茎を用いることがわかり、生薬名が薤白と呼ばれる所以にもなっています。日本には平安時代、薬用植物として中国から渡来し、江戸時代になって食用に栽培されるようになりました。漢方では「栝楼薤白白酒湯」や「栝楼薤白半夏湯」などに配合され、胸部の痛みや呼吸困難などを改善するため、狭心症や心臓性喘息などの治療に用いられます。

## 子癇と漢方

漢方診療部 森 瑛子



産婦人科医局員時代の恩師の薦めで、『冬虫夏草』(梨木果歩著、新潮社) という、100年ほど前の京都の山奥に暮らす一人の若い作家が主人公の小説を読みました。冬虫夏草自体、生薬でもあるのですがその説明は別の機会に譲り、今回は小説内に描かれた、その時代の産科的内容に触れたいと思います。お菊さんという、若い初産婦さんが産気づく場面です。

—ズルツキ云うて、知らはらへんわな。  
源助さんは私に向かい、  
—ズルツキ云うんは、産が重うて引きつけ起こしたり気い失ったり。  
神主がそのあとに続けて、  
—顔に水かけたり、髪引っ張ったりして、なんとか気い取り戻さそうとするけど、それもかなわんなんだら、ヒキモドシする。婿が傘さして屋根上って、棟をまたげて、嫁の名を呼ぶ。  
—空に向かって、ですか。  
魂の引き戻し、ということであろうか。  
—そうです。菊のところは、婿も間に合わなんだから、菊の父親が、傘さして屋根上って、菊よう、お菊よう、て呼ばわはったって、夜更けて声が出んようになるまで呼ばわはったって、それが耳に残ってしょうがない、ってトラゲバサンが云ったな。

現代の産科的解釈では、お菊さんは子癇発作を起こしたのだと思われます。子癇は、妊娠中に血圧が上昇し痙攣発作を起こす疾患です。予防が大切で、降圧剤と硫酸マグネシウムを使用し、速やかに妊娠を終了させることがその基本です。この方法の確立により子癇の頻度は減り、また万が一発症しても母児ともに救命できることが多くなりました。

実は、この子癇という言葉は宋の時代の中国の古典にすでに記載があり、日本でも江戸時代の医書『婦人寿草』(香月牛山著)に次のようにあります。「子癇の症は産婦の大凶症なり。口を嚙み眼目吊鉤するなり。羚羊角散を用べし。」「子癇の強き症は、(中略)家傳神通の振葉を用い、二陳湯に姜製の黄連、釣藤鉤を加え用べし。其効卓抜なり。」もちろんこの時代、血圧計などありません。今の子癇治療(予防)の原形となる論文がアメリカで発表されたのは1995年です。しかし、その200年前の日本の江戸時代の書物に、現在と同じ降圧を基本とする治療法が記されているのです。というのは、羚羊角散に含まれる羚羊角はサイガカモシカの角で、鎮静作用、血圧降下作用などがあります。二陳湯は、現在でも悪心や嘔吐などに用いられ、そこに加味する黄連には抗菌・抗炎症作用や血圧降下作用があり、

釣藤鈎には血圧降下・抗けいれん作用があることが分かっています。

現在、日本は世界有数の妊産婦死亡低率国です。それは、西洋医学を積極的に取り入れた恩恵なのか

もしれません。しかし一方で、観察と経験の蓄積により、高度な医療器具など使わずとも核心に迫っていた漢方医の先輩方に敬意を払わずにはいられません。

## 「漢方薬が未病に効く」を研究するクラウドファンディングへの挑戦

臨床研究部 上級研究員 伊藤直樹



皆さん、「未病を治す」という言葉をご存知でしょうか？この言葉は、古代中国の三大古典の一つである黄帝内経に初めて登場したとされています。未病とは、健康と病気の間にあって、検査値には異常がないのに何となく違和感がある、そしていつかは必ず病気になる前兆状態と捉えられています。そして、その未病を治すとは、未病の段階から病気の芽を摘んでしまおうという考え方で、これはまさに予防医学そのものです。近年、予防医学の重要性が再認識されるようになりましたが、2017年に閣議決定された内閣府の健康・医療戦略の中で、「健康寿命を延ばすには、健康か病気かという二分論ではなく、未病の概念が重要である」と明記されたことで、未病研究はようやく国の重要な政策課題に位置づけられました。

しかし未病の概念は歴史が長くても、現代医療の中でそれを根付かせるためには未病制御が有効であることを科学的に示すことが必要になります。そこで、私は漢方薬による未病制御を何とかして科学的に証明したいという思いから数年前よりこの研究に取り組んでいます。そして、この研究に係る費用の一部を獲得するために、6月下旬から8月下旬まで「漢方薬が未病に効くを科学的に証明し、医療の可能性を広げたい」というテーマでクラウドファンディング（CF）に挑戦しました（<https://readyfor.jp/projects/mibyokitasato>）。

CFとは、ウェブ上で広く一般に寄附を募る試みで、最近ですとコロナ感染防止対策や豪雨災害への寄附などで活用される機会が増えたことでよく知られるようになりました。私がこのCFに挑戦するに至った理由には大きく分けて2つあり

ます。1つは研究費を獲得すること、そしてもう一つは、自分の研究をより多くの一般の方々にも知って頂くことです。私たち研究者は、主に学会発表や論文などで研究成果を公表しますが、これらはごく限られた研究者コミュニティの間でしか知れ渡りません。また、私が所属する北里大学東洋医学総合研究所では、どんな研究が行われているかよく知らないという声もよく耳にします。研究の内容によってはCFに向かないものもありますが、漢方研究の展開の様子を一般の方々にも見守って頂きながら、漢方研究のさらなる発展に繋がりたいという私の思いがこのCF挑戦には込められています。

最終的に本研究に興味や期待を持って頂いた多くの方々から総額4,916,000円のご支援を頂くことができました。このCF挑戦を通して多くのスタッフや支援者様から支えられていることが実感できたこと、また予想以上に多くの方が漢方研究に大きな期待を寄せていることを知られたことは、今後研究を進める上で私自身の大きな財産になりました。皆様の期待に応えられるよう、より一層漢方研究に励んで参りたいと思いますので、引き続き漢方研究の発展を温かい眼で見守って頂きますと幸甚です。

「漢方薬が未病に効く」を科学的に証明し医療の可能性を広げたい

伊藤 直樹 (北里大学 東洋医学総合研究所)

寄付総額 **4,916,000円** 目標金額 1,000,000円

寄付者 募金終了日  
131人 2020年8月31日

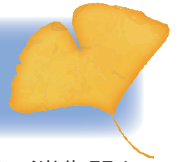
プロジェクトは成立しました!

寄附履歴の確認はこちら



## 生薬豆知識 ラッキョウ

薬剤部 主任 室 生 真千子



先日実家から、「疲れた時や夏バテ予防に食べてね！」とのメッセージ付きで、お手製のラッキョウの酢漬けが送られてきました。ラッキョウが身体に良いことは何となく感じてはいましたが、実際はどのような理由から身体に良いと言われているのかご存じでしょうか。

ラッキョウは世界に約400種が知られるほど大きな属であるAllium属（ネギ属）というネギの仲間属に属し、他にもニンニク、ニラ、ネギ、タマネギ、アサツキなど、様々な種類が古くから香辛料や薬用にされてきました。中でもラッキョウの他にも、ニンニクやネギの鱗茎は大蒜、葱白、ニラの種子は韭菜子の生薬名で現在も漢方薬に用いられています。これらのネギ類には特有の強い臭いがありますが、これはタマネギを切ったときに目がしみる成分でもある硫化アリルによるものです。ラッキョウにはこの硫化アリルの一つ、アリシンが多く含まれていますが、アリシンはビタミンB1の吸収を助ける働きを持ち、疲労回復や滋養強壮に効果があります。余談ですが、ラッキョウの酢漬けといえば福神漬けと並びカレーライスにはつきものですが、豚肉にはビタミンB1が多く含まれているので、ポークカレーとは特に相性が良い食べ合わせと言えます。また、アリシンには血行を促進する働きがあるので、冷え性や動脈硬化、血栓の予防にも効果的とされています。他にも、フルクタンと呼ばれる水溶性食物繊維が含まれているため、腸の調子を整え、脂肪の体内吸収を防ぎ、血糖値の急上昇を抑える働きがあるので、健康を考えたダイエットにも効果的です。ただし、身体に良いからといってたくさん食べてしまうと、アリシンが刺激の強い成分なので、胃腸

の弱い方の場合、下痢や胃もたれなどの消化器トラブルを起こすことがあるので注意が必要です。摂取目安としては1日4粒程度が良いとされています。

また、漢方医学の概念の一つに気血水きけつすいと呼ばれるものがあります。気血水は身体を動かす総合的なエネルギーのことで、身体の不調は気血水の乱れから起こると考えられています。なかでも気は、私たちが生きていくための重要な活力源で、気が乱れると身体に様々な不調を来します。その症状の一つに気滞きだまりと呼ばれるものがありますが、気滞は本来体中をスムーズに流れている気が、ストレスや感情の変化などで渋滞し流れが悪くなっている状態のことを言います。気滞が起こると体内に気の過剰と不足が起こるため、元気な反面疲れやすく、抑うつ感や不安感、口の渴きや顔のほてり、神経過敏などの症状が現れます。ラッキョウには気の流れをスムーズにする働きもあるため、気滞の改善に適した食材の一つでもあるのです。

ところで、国内のラッキョウの生産地と言えば鳥取や鹿児島が有名なのですが、この2県で生産量の約50%を占めています。どちらも砂丘で作られたものが有名で、砂丘のように栄養分の少ないやせた土地でも育つほど生命力が強いので、そのパワーをいただくことも身体に良いと言われる理由なのかも知れません。

病気ではないけれどなんとなく不調のことを漢方医学では未病と言いますが、この状態は薬に頼ることなく、食材の持つ力で改善できることがあります。日々の食生活から健康維持を心掛け、心身ともに健やかに過ごしたいものですね。

## ツボの効用 帯脈穴

鍼灸診療部 近 藤 亜 沙



今回紹介する「帯脈たいみやく」には二つの意味があります。奇経としての帯脈とツボとしての帯脈です。

奇経とは、奇異な経脈のことで、気血の通り道である正経とは別の道とされています。正経は全部で十二脈、奇経は八脈あります。奇経について『難経』(後漢)には、「川の水が増水した時に、溢れないように掘られた側溝のようなもので、正経に脈気が溢れたときに作用する」との記

述があり、正経の異常を調節する機能を持つことが分かります。さらに『難経』では、「帯脈は、季肋に起こり、身を回りに一周す」(図1)とあり、帯脈の走行が横向きであることを示しています。人体で横向きに走行する経脈は帯脈ただ一つです。花束で言うと、1本1本の花が離れないようにまとめる紐のようなもので、人間の体も、縦に走行する他の経脈を、帯脈が腰の部分で束ねて

います。帯脈に異常が起こると、腰腹部の膨満や足萎え・婦人科疾患・男女とも生殖・泌尿に関連する症状が現れます。

ツボとしての帯脈穴は、目尻の外側から始まり、側頭部や体幹の側面、下肢外側を走行する足少陽胆経に所属しており、第11肋骨端下方、臍中央と同じ高さに位置しますが、奇経の帯脈上にあるツボの一つでもあります(図1・2)。解剖学的には、身体を伸ばしたり屈したり、捻ったりする動作の中心である外腹斜筋や内腹斜筋、腹横筋に関わります。これらの筋肉には腹圧を高める作用もあるため、姿勢や体型にも関係しています。帯脈穴の左右差は身体の歪みの表れでもあります。2000年以上も前に体系化された医学書である『黄帝内経』『靈枢』(前漢～後漢)には、癲狂の治療で灸をするのとよとの記載があります。また、唐代の『外台秘要方』には婦人病を治療するツボとして書かれており、それ以降の文献にも婦人病・月経の不調が主治となっているものが多く見られます。それ以外にも腰が抜ける、下肢が弱って歩けない、寒気など様々な症状に使用されています。さらに帯脈穴の特徴として、上記のように二つの経脈に所属しているため、帯脈・

足少陽胆経に現れる症状・病証を同時に治療することができます。この帯脈穴を用いた治療を得意とする流派では、顎関節症・寝違え・五十肩・頭痛などにも応用し、効果を上げています。

長時間の歩行や運動で疲れたときに、つつい腰に手を当てて休む姿勢を取りますが、これは帯脈穴を刺激しているのかもしれませんが。腰や足がだるくて歩きたくないというときに押してみてください。それだけで不思議と歩きやすくなります。



図1 奇経・帯脈図  
出典：経穴密語集

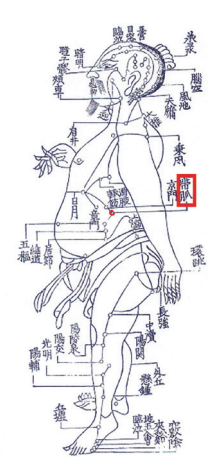


図2 足少陽胆経・帯脈穴  
出典：十四経発揮

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10月1日～					
		月	火	水	木	金	土
午前	花輪 <sup>①</sup> 星野 森(裕) 石毛	花輪 鈴木 森(裕) 石毛 [冷え症外来] 伊藤(剛) <sup>②</sup>	花輪 <sup>③</sup> 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 <sup>⑤</sup> 及川 <sup>⑤</sup> 鈴木 <sup>⑤</sup> 星野 <sup>⑤</sup> 森(裕) <sup>⑤</sup> 川鍋 <sup>⑤</sup> 石毛 <sup>⑤</sup>	
	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 川鍋 及川 <sup>④</sup> 五野	鈴木 星野 森(裕) 伊東	

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10月1日～					
		月	火	水	木	金	土
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 <sup>②</sup> 井田 <sup>②</sup> 黒岩 <sup>②</sup> 伊藤(雄) <sup>②</sup> 近藤 <sup>②</sup>	
	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) <sup>⑥</sup> 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、初診の方のみとさせていただきます。
- ② 火曜日午前(第1・3)の伊藤(剛)医師の冷え症外来は、初診のみとさせていただきます。
- ③ 水曜日午前の花輪医師の外来は、第2水曜日を休診とさせていただきます。
- ④ 木曜日午後の及川医師の外来は、第2木曜日のみとさせていただきます。
- 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、毎月第1・2・3金曜日のみとさせていただきます。
- ⑦ 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。

予約電話：03-5791-6169  
(月～金) 8:30～11:00  
及び  
12:00～16:00  
(土曜日) 8:30～11:00  
お薬に関するの問い合わせ：  
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