



岩崎灌園『本草図譜』に描かれたバクモンドウ

麦門冬(バクモンドウ)

麦門冬はジャノヒゲの根の膨大部を水洗し乾燥した生薬です。味はやや甘く、噛むと粘着性があります。柔軟で潤いがあり、淡黄色の肥大したものが良品とされています。中国最古の薬物学書である『神農本草経』の上品にすでに記載されており、古くから滋養強壯、鎮咳、去痰、止渴、鎮静などの目的で使用されています。配合される主な漢方処方に麦門冬湯、清肺湯、清心蓮子飲、温経湯などがあります。日本に自生し、神社や寺の境内によく植栽されている植物ですが、現在生薬としては中国からの輸入に頼っています。乾いた空気で咳き込みやすい季節に心強い生薬の1つです。

新年のごあいさつ

北里大学東洋医学総合研究所 所長 小田口 浩



新年あけましておめでとうございます。本年一年が皆様にとりまして実りある年となりますよう、祈念申し上げます。

さて昨年は皆様にとってどのような一年だったでしょうか。ほとんどの方が、新型コロナウイルス感染症に振り回された一年だったという印象をお持ちのことと思います。本来であれば外国から多くの人を迎え入れて東京オリンピックが開催され、日本全体が活気づくはずだったのに、とんでもない一年になってしまいました。私がこの文章を書いている11月20日現在、第三波とされる感染増加の波が日本中に押し寄せ、いったん落ち着きかけたかにみえた我々の日常生活も、再び混迷の様相を呈し始めております。

さて、我々の先人はこれまで自然災害、戦争、飢饉など、幾多の困難に立ち向かい、乗り越えてきました。感染症もそれらの困難のうちの一つで、その克服のために多くの人々が知恵を集積し、我々に知的財産として残してくれました。特に近年の科学の発達は抗生物質、抗ウイルス薬の開発に結びつき、感染症から多くの生命を救うことができる世の中になりました。しかしこの現代においてもなお、未知の病原体に対する対策は手探りにならざるを得ず、先人の知恵を最大限活用することが求められます。漢

方医学はまさに先人の知恵を最大限に活用する医学です。現在当漢方鍼灸治療センターで実践している漢方治療の拠り所となる知恵の多くは、後漢時代末期(紀元後200年頃)頃に書かれた『傷寒論』の内容がルーツとなっております。この『傷寒論』は、急性感染症にかかった場合に起こる病態の時間的経過に応じて、色々な場合を想定しながら適切な治療を記したものであり、今回の新型コロナウイルス感染症においても種々の場面で役立てることが可能と考えられます。

感染症対策でまず大事なことは、感染しないということです。この点、普段からその方の体質や体調に合った漢方薬を服用していれば、心身全体の抗病力(病を克服する力)が活性化され、免疫力も高まり、服用していること自体が感染予防になる可能性が高いと考えられます。

また、感染してしまった場合も漢方が役立ちます。感染して何も症状が出ない方もいらっしゃいますが、発熱、咳、倦怠感、息苦しさなどの症状が出る方が大半です。このような場合、症状にあった漢方薬を適切に使用すれば症状を軽快させるだけでなく、重症化を防ぐことも可能であると考えられます。

人工呼吸器が必要となるような重症肺炎になっ

すが、その時期を超えて回復期に移れば再び漢方薬が有用な場面となります。この時期は体力や気力を補い、日常生活に戻るための健康を回復することが重要となりますが、それに加えて、最近問題となっている後遺症対策も必要となります。新型コロナウイルス感染症の後遺症の原因については、まだまだわからないことが多いのですが、原因がわからなくて

も治療できるという漢方の強みを活かし、種々の後遺症に対応することができると考えております。

最後になりますが、当センターでは皆様が安心して診療を受けられるよう、職員一同感染予防対策に最大限の注意を払っております。このためご不便をおかけすることもあろうかと思いますが、どうぞご理解いただけますよう、お願い申し上げます。

最新 漢方研究の世界

アンチエイジング (抗加齢) 医学と漢方

漢方診療部 医長

石毛達也



現在日本は超高齢社会に到達し、さらに昨年からは感染症の蔓延もあり予防医学にますます関心が高まっています。今回は、アンチエイジング医学領域の研究をテーマとしてお話したいと思います。

老化のメカニズムはいまだに謎が多いものの一定の制御機構を伴った生命現象であることが明らかされつつあります。1950年頃より老化のメカニズムに関する学説が数多く提唱され研究されるようになりました。大きく遺伝要因と環境要因に分けて考えられますが長生きという点においては遺伝素因の寄与率は25%程度で残りの75%は環境素因と推計されています。百歳以上の方々には百寿者あるいはセンチナリアンと呼ばれますが、この長寿のエリートを対象とした長生きの秘訣を探る百寿者研究がアメリカ、日本、中国など単位人口あたりの百寿者人口が多い国々（日本は世界一で48人/10万人）で行われてきました。日本では85歳以上の高齢者を対象とした大規模の研究で肝機能、腎機能、脂質・糖代謝、CRP・IL-6・TNF- α など炎症指標、テロメア長（DNA末端部にあり細胞分裂を繰り返すごとに短くなる）など、老化関連の指標を検討したところ、炎症指標が余命を決定する唯一の要因であり、炎症指標が高い人たちに比べて炎症指標が低い人たちは余命が長い傾向が認められたとの報告があります。つまり慢性炎症を抑制することが健康長寿達成の重要なカギであるといえます。しかし慢性炎症では急性炎症と異なり明らかな自覚症状がないのが問題です。急性炎症の場合、例えば皮膚におできができれば局所が赤くなり、腫れて熱を持ち痛むのですぐわかります。慢性炎症の場合、軽度の炎症

が長期にわたり持続するので急性炎症のような明確な症状がないまま進行し糖尿病、心筋梗塞、脳梗塞、がんなど重大な病気のリスクになるのでより注意が必要です。従いまして日常において慢性炎症を抑制するような生活を心がけることがアンチエイジングでは重要になりますが、それには「何事もほどほどに」が肝心です。当然のことながら食事では過食偏食をさけることが大切で「糖分、カロリー、塩分の取り過ぎ」「アルコールの飲みすぎ」など、体の処理能力を超える栄養は毒となり炎症を引き起こされます。適度な運動が抗炎症作用をもつことも報告されています。また、漢方薬服用も慢性炎症の抑制が期待されます。高齢者における心身活力低下状態はフレイルやサルコペニアと呼ばれ、健康な状態と要介護状態の中間に当たります。サルコペニアのモデルである老化促進マウスに対する牛車腎気丸の効能・効果についての研究では炎症を引き起こす働きをもつ炎症性サイトカインの抑制と筋肉増強作用が報告されています。牛車腎気丸のような気力や体力などのエネルギーが低下した時にそれを補う方剤は補剤と呼ばれ、他にもたくさんの種類がありますがアンチエイジングにはとても有力な処方になります。ただし、一般的な病院では病名が付くような病気がなければ、アンチエイジング目的に漢方治療を受けることは難しく、また適切な漢方薬を選択できるかは？です。病名がつかないような症状だけであっても、例えば「体力の衰えを感じて疲れやすくなった」とか「歩くのが遅くなった」などの症状がある方は一度当施設にご相談いただければと思います。

生薬豆知識 ジャノヒゲ

薬剤部 主任 三澤 心



麦門冬の基原植物であるジャノヒゲは、日本にも自生する草丈10~20cm程度の多年生草本で、山林の陰を好みますが、比較的丈夫で冬でも枯れないため公園や庭にもよく植栽されます。別名リュウノヒゲとも言われ、葉が細長く垂れ下がるように生い茂ることからその名前がつけられました。初夏に淡紫色又は白色の小花を咲かせ、秋には瑠璃色の果実のように見える種子をつけます。また短い根茎から多数のひげ根を出し、その一部は紡錘状に膨大します。このひげ根の膨大部を生薬として利用します。

それではこの身近なジャノヒゲは何科の植物が皆さんご存じでしょうか。この答えは現在1つではなく2つあります。答えが2つになってしまう理由は植物分類体系の違いによるものです。植物分類体系とは植物を特徴ごとに分類し階層的にまとめたものです。近代の植物分類体系は分類学の父と呼ばれる18世紀のリンネから始まり、現在まで主に3つあります。まずドイツの植物学者であるエングラーとその後継者達による新エングラーの分類体系、次にアメリカの植物学者であるクロンキストの分類体系、そして最も新しいAPG (Angiosperm Phylogeny Group被子植物系統研究グループ) 分類体系です。新エングラーとクロンキストの分類体系は花の構造など主に目で見ることのできる特徴に基づいて分類しているのに対し、APG分類体系は葉緑体DNAなどの遺伝子情報に基づいて分類しています。そのためこれらの遺伝子情報の解析から植物の進化や類縁を示す系統関係がより正確に分かるようになり、従来の分類体系と合致しない部分が出てくるようになりました。例えば従来の分類体系にあったトチノキ科やカエデ科が消えムクロジ科として

統合されたり、ゴマノハグサ科やユキノシタ科がいくつかの科に分割されたりしています。そしてジャノヒゲは新エングラーとクロンキストの分類体系ではユリ科の植物となり、APG分類体系では食材でお馴染みのアスパラガスと同じキジカクシ科の植物という2つの答えになります。

APG分類体系は数年ごとに改訂を重ね、当初は名前の通り被子植物のみを対象としていましたが、現在では裸子植物やシダ植物などにも対象を広げています。そして植物学や生物学の分野ではこのAPG分類体系が広く受け入れられ、すでに国際標準となっていますが、薬学の分野では少し状況が異なります。それは生薬の基原植物の学名が『日本薬局方』という医薬品の規格基準を定めた法令に記載されており、この法令の変更は日本の医薬品の品質管理だけではなく、中国や韓国の薬局方との調和にも影響するため、学術書のように頻繁に変更することができないためです。現在『日本薬局方』は新エングラーの分類体系を採用しており、今年公布予定の第十八改正版でも変更はないそうです。そのため麦門冬の基原植物であるジャノヒゲは、薬学ではもうしばらくユリ科の植物となりそうです。



ツボの効用 ちき 地機穴について

鍼灸診療部 主任 井田 剛 人



今回はふくらはぎの内側にあるツボ「地機」についてご紹介致します。あまり聞き慣れないツボだと思いますが、当研究所の鍼灸治療で「脾虚証」、「肺虚証」と診断し全身のバランスを整える治療を行う際に使用するツボの一つにこの地機があります。また有名な三陰交と同様に婦人科疾患にもよく使用される以外に、胃腸の不調改善などにも有効な

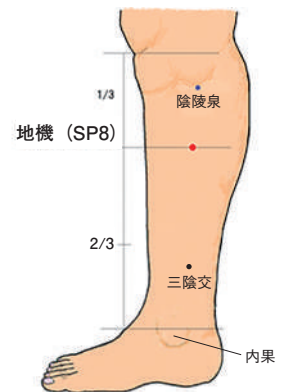
ツボです。

地機の場所は、ふくらはぎの内側で骨の内縁の後ろ側、内くるぶし(内果)の中央と膝のお皿の下端を結ぶ線上で、膝のお皿の下端から1/3の場所にあります(下図参照)。地機は足の太陰脾経にあるツボの一つで、足の親指から始まり、内果からふくらはぎの内側を通過して、膝や太ももの内側を通り、肩

径部から腹部、胸部へと繋がっている経絡に属しています。脾舎という別名がある他、経穴名の由来としては、地機（げきけつ）の「地」は下部・下肢という意味と、脾土つまり東洋医学でいうところの五臓（肝・心・脾・肺・腎）のうち、お腹に位置する脾のことを指しています。「機」は機関・機要（最も重要な箇所）を指し、つまり地機とは腹部や下肢の疾患を治療するための枢要となる経穴であるということから命名されたようです。また地機は郄穴（げきけつ）といって、郄は隙間という意味があり各経脈の気血が集まる場所のことで、郄穴には体中を巡る気を集めて調整する作用があるとされています。そのため経脈や臓腑の疾患を治療するのに深く関わっているのがこの郄穴である地機であるといえます。また郄穴はすみやかに邪をしりぞける力がある経穴とされ、急性の疾患に用いてすみやかに改善すると考えられています。実際の治療においても郄穴は反応の出やすい場所であり、近年の臨床経験により急性疾患に対して特有な効果が明らかにされています。なかでも婦人科疾患による疼痛では、この地機を押すと痛みの反応が顕著に出ることがよくあります。そのため地機は女性の月経に関わる疾患の治療時に多く使用され、月

経痛、月経困難症、月経不順などに効果があるとされています。

また現代医学では消化と吸収を管理するのは胃や腸ですが、東洋医学では地機が所属する脾の働きが中心となります。脾は飲食物から体のエネルギーともいえる気や血などを作り出し、全身にくまなく提供する働きをします。そのため脾の働きがうまくいかなくなるとお腹が張る、下痢、腹部の脹満、食欲不振、腹痛、胃痙攣などが生じます。そういった脾の不調が原因となる腹部の痛みの治療時に地機が使用されるほか、水分代謝の問題によって生じる排尿困難や失禁、遺精や、余分な水分が吸収されないために起こる浮腫などにも地機は効果を発揮します。また脾経の経絡上の問題においては膝のしびれや下肢の疼痛などにも効果が期待できます。もしこの時期、食べ過ぎで胃腸が弱っている方であれば、地機への指圧もしくはお灸が症状の緩和に役立つでしょう。



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 ^① 星野 森 (裕) 石毛	花輪 鈴木 森 (裕) 石毛 [冷え症外来] 伊藤 (剛) ^②	花輪 ^③ 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 ^⑤ 及川 ^⑤ 鈴木 ^⑤ 星野 ^⑤ 森 (裕) ^⑤ 川鍋 ^⑤ 石毛 ^⑤
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 ^④ 五野 中尾	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 ^⑦ 井田 ^⑦ 黒岩 ^⑦ 伊藤 (雄) ^⑦ 近藤 ^⑦
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) ^⑧ 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 月曜日前午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 火曜日前午(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 水曜日前午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