



岩崎灌園『本草図譜』に描かれた藿香

藿香 (カッコウ)

藿香はフィリピン原産の多年生草本、シソ科パチヨリ *Pogostemon cablin* Benthamの地上部と日本薬局方で定義されています。

高さおよそ1mの低木で、シソ科の植物の中では最も香りが強い植物と言われ、花は淡紫色から白色で、花にも強い香りがあり、6~7月ごろに開花します。

暑い地域で良く育ち、中国南部や東南アジア、インドなどで、生薬あるいは精油を採取するための原料植物として栽培されています。

暑さに強い藿香は、夏かぜや冷たい飲食物の摂りすぎでおこる胃腸トラブルの治療に用いられ、まだまだ暑いこの季節に大活躍の生薬です。
(生薬豆知識へ続く)

臨床の話

『コロナ後遺症について』

鍼灸科 医長 伊東 秀憲



皆さんこんにちは。今回はコロナ後遺症についてお話をします。新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) は2019年12月、中国の武漢で発生し世界的に大流行をもたらしました。本年5月8日からCOVID-19が感染症法の2類から5類に引き下げられ、全数報告から定点報告 (あらかじめ指定した医療機関からの定期的な報告) になり、感染した方の全数の把握は不要になりましたが、これまでに少なくとも国内で3,300万人以上の方が感染しております。一方、本年5月時点でのCOVID-19の抗体保有割合は42.8%であり、欧米での抗体保有割合が80%を超える国と比べるとまだ低い水準であります。本原稿を執筆している7月時点で第9波の可能性も指摘されています。今後の感染状況を注視するとともに抗体保有割合の低い日本人が手放しで安全だと言えるにはまだ早く、殊に高齢者や合併症を有する方では重症化リスクが高くなるため引き続き注意をしていく必要があると思われます。

コロナ後遺症は新型コロナウイルス (SARS-Cov-2) に罹患し、症状が少なくとも1~2か月以上持続し、他の疾患による症状として説明がつかないものとされています。コロナ後遺症はさまざまな症状を呈し、代表的な症状は疲労感・倦怠感、頭痛、脱毛、呼吸困難感、息切れ、嗅覚・味覚障害などが挙げられます (図)。また、新規に精神疾患、肺線維症、糖尿病、脳卒中、高血圧、心筋炎、腎不全等の臓

器障害を引き起こすことも報告されております。自然経過である程度軽減する一方、一定の確率で後遺症症状が残存します。後遺症の原因は判明しておりませんが、ウイルスが神経系や腸管に残存する可能性や炎症の持続、自己免疫異常などさまざまな病態が推定されています。

COVID-19は新しい感染症ですが、漢方治療

コロナ後遺症による症状 (%)

| | | | |
|----------|----|----------------|-----|
| 疲労感・倦怠感 | 58 | 睡眠障害 | 11 |
| 頭痛 | 44 | 肺活量の低下 | 10 |
| 注意障害 | 27 | 睡眠時無呼吸 | 8 |
| 脱毛 | 25 | 悪寒 | 7 |
| 呼吸困難感 | 24 | 健康管理関連のメンタルヘルス | 7 |
| 味覚消失・脱失 | 23 | 精神疾患 | 6 |
| 嗅覚消失・脱失 | 21 | 赤眼 | 6 |
| 活動後頻呼吸 | 21 | 肺線維症 | 5 |
| 関節痛 | 19 | 不連続な顔面潮紅 | 5 |
| 咳 | 19 | 糖尿病 | 4 |
| 発汗 | 17 | 痰 | 3 |
| 嘔気または嘔吐 | 16 | 四肢浮腫 | 3 |
| 胸痛不快感 | 16 | めまい感 | 3 |
| 記憶障害 | 16 | 脳卒中 | 3 |
| 難聴または耳鳴 | 15 | 咽喉痛 | 3 |
| 不安感 | 13 | 気分障害 | 2 |
| 抑うつ状態 | 12 | 不機嫌 | 2 |
| 消化管障害 | 12 | 強迫性障害 | 2 |
| 体重減少 | 12 | 新規高血圧症 | 1 |
| 皮膚徴候 | 12 | 心筋炎 | 1 |
| 安静時心拍数増加 | 11 | 腎不全 | 1 |
| 動悸 | 11 | 心的外傷後ストレス障害 | 1 |
| 疼痛 | 11 | 不整脈 | 0.4 |
| 間欠熱 | 11 | 妄想症 | 0.3 |

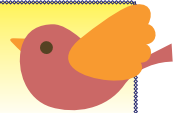
(Sandra et.al, Nature, 2021) をもとに作成

(漢方薬、鍼灸)はさまざまな症状に対応してきた長い歴史があり、感染症への対応も可能です。漢方薬の古典とされる「傷寒論」は傷寒(伝染性の感染症)を契機にして作られたとされており、今から約100年前の1918~1920年に発生し、流行したスペイン風邪では当時の漢方医師(木村博昭、新妻荘五郎、森道伯など)が漢方薬で治療し、一定の効果をあげたとの報告があり、当時使用された漢方薬の一つが柴葛解肌湯であり、今回のCOVID-19でも報告事例があります。当施設では漢方外来、鍼灸外来

ともにコロナ後遺症の方に対して治療を行っております。なお、漢方外来ではオンライン診療も行っており、遠方の方でも対応が可能となっております。当施設での治療は患者さん一人ひとりの症状に合わせた治療を伝統的に行っております。コロナ後遺症の症状は様々あり、一人ひとりの方の症状に合わせた治療が必要とされることから、コロナ後遺症でお悩みの方がおられましたら一度受診をされることをお勧め致します。

外来開始のご挨拶

漢方科 桂井隆明



今年度の4月より新しく漢方外来を開始することになりました、桂井と申します。

もともとはリハビリテーション医学を専攻しており、リハビリテーション科専門医を取得したのちに漢方医学の道に入りました。

リハビリテーション科医師は内科や外科などの医師とは違って、「どのような仕事をしているか?」と聞かれてすぐに答えられる人はあまりいないかもしれません。

私が所属している日本リハビリテーション医学会のホームページには、リハビリテーション専門医とは「病気、外傷や加齢などによって生じる障害の予防、診断、治療を行い、機能の回復並びに活動性の向上や社会参加に向けてのリハビリテーションを担う医師」と記載されています。

人間は病気や怪我をすると診療所や病院に行つて治療をすることになりますが、残念ながらそれだけですべてが元通りにならないこともあり、その場合後遺症を少しでも軽減、回復するためにリハビリテーションが必要になることがあります。

私自身はもともと地域の中小病院や総合病院等で勤務し、脳卒中や骨折、嚥下障害など、様々な病気や怪我のリハビリテーションに携わっておりました。

リハビリテーションといえば、体操やストレッチをしたり電気をあてたりというイメージを持つ方が多いのではないかと思います。そこだけにはとどまらず、様々な運動機能や嚥下機能(飲み込み)や脳の機能(覚えたり、言葉を話したりなど)など、幅広い人間の体や心の働きを向上することを目的として

おり、リハビリテーション科医師はそのような様々な分野の知識を生かしながら、関わっている人の生活をサポートする医師だと思います。(ちなみにリハビリテーションは一人の医師だけで行うわけではなく、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士、看護師、社会福祉士、精神保健福祉士、他科の医師など、様々な業種との連携もとても重要です。)

一方、漢方医学も漢方診察や生薬によって、人間の体の様々な機能(体温の調節や胃腸の動き、筋肉の緊張など)を調整することによって、体調の改善を目的としているようにも見えます。

私も一人の医師として、現代の高度な医学・医療が病気や怪我に対して素晴らしい治療効果を発揮している場面を多々経験しておりますが、一方でそのような高度の医学でもアプローチしきれない体の機能もあり、(すべてではないにせよ)そこに漢方医学的な診察や生薬が有効な場面があるのではないかと思います。

実際今まで勤めてきたリハビリテーションの現場の中で漢方治療や鍼灸を行うことによって、スムーズにリハビリテーションを行うことができた経験があり、このような経験も漢方の道に入ったきっかけとなっております。

長々と述べてしまいましたが、漢方医学もリハビリテーション医学同様に生活や活動のサポートをするための一つの有用なツールだと考えております。

現代の医学・医療との適切な連携を心掛けつつ、診察や生薬を通じて皆様の生活のサポートに少しでも寄与できればと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。

生薬豆知識 パチヨリ

漢方薬剤科 係長 室 生 真千子



藿香と名の付く植物は二種類あり、一つは中国の広東省や雲南省で栽培される「広藿香」と呼ばれるもので、原料植物にパチヨリを用い、一般的に藿香というと「広藿香」を指すことが多いです。一方、中国の四川省で栽培されたものは同科のカワミドリ *Agastache rugosa* (Fisch. et C.A.Mey.) Kuntze を原料植物とし、「野藿香」「土藿香」「川藿香」などと称されますが、含有する成分が異なり全くの別物で、日本薬局方では藿香に含まれないので注意が必要です。なぜ藿香が二種類あるのかというと、パチヨリが南方の暑い地域でしか栽培できず、北方で育たなかったため、類似したカワミドリが代用されたと考えられています。カワミドリは湿りがちな場所を好むので、日本各地にも自生しています。

パチヨリはその独特な香りから、古くから虫よけやお香などに用いられてきました。中国医学では、唐代に刊行された本草書(薬物学書のようなもの)『新修本草』(659年)に初めて掲載された生薬で、医学書としては同じく唐代に出版された『備急千金要方』(650年代)や『千金翼方』(682年)、『外台秘要方』(752年)などに藿香が配合された処方が掲載されています。なかでも興味深い点ですが、裏衣香と言う、防虫や体臭の防止、衣装の香りづけを目的とした処方があるのですが、9種類ある裏衣香の殆どに藿香が配合されており、古くからこの香りに効果があり愛用されていたことが伺えます。18世紀から19世紀にかけては、中国から中東へ絹を運んだシルクロードの交易商たちが、衣蛾が布に卵を産みつけるのを防ぐために、絹を、乾燥させたパチヨリの葉とともに包んで運んだとも伝えられていま

す。現在では、パチヨリを水蒸気蒸留して得られるパチヨリ油を香水の原料として用い、クセのあるこの香りは、「墨汁」や「湿った土」などの匂いに例えられています。筆者の印象はどこか懐かしいポマードの香りでした。実は、多くの男性用香粧品類のベースノートとなっており、この印象は大きくずれてはいなかったようです。このようにパチヨリの唯一無二の香りは香水の世界では1960年頃から、ジャスミン、サンダルウッドと並びトレンドとなりました。エルメス、シャネル、グッチ、イヴ・サンローランと名だたるブランドの香水に使用され、今も世界中から愛されています。

漢方薬としては、祛暑(夏の暑さを除去する効能)、健胃、食欲不振、消化不良の治療に、藿香正気散や香砂六君子湯などの処方に配合されています。藿香正気散は、胃腸が元々弱い体質で、冷房などにより体調を崩し発熱する、いわゆる夏かぜや、暑いさかりに清涼飲料水や生ものなどの摂取により、胃腸が冷やされ、その機能が一層低下しておこる下痢、食欲不振、全身倦怠などの改善に効果があります。香砂六君子湯は、日頃からお腹に水が溜まりチャポチャポし、食べるとすぐに眠くなるような方で、食が進まないのに無理して食べるとみぞおちの辺りがつかえ、胃もたれおこす、そんな症状の改善に効果があります。

藿香を調剤すると調剤室中がこの香りで満たされます。投薬窓口越しにも香ることがあり、待合スペースが「墨汁」や「湿った土」のような香りがしたら、藿香を調剤しているのかな、なんて想像してみてください。

ツボの効用 夏バテのツボ

鍼灸科 主任 黒 岩 奈々子



暑くて、ジメっとした日本の夏が終わりに近づいてきましたが、本格的な夏の暑さが続き、身体の疲れや怠さがすっきりせずお困りではありませんか？夏バテの代表的な症状として身体の倦怠感をはじめ、食欲不振などの消化器症状、睡眠の乱れなど多岐にわたります。これらの症状は猛暑や

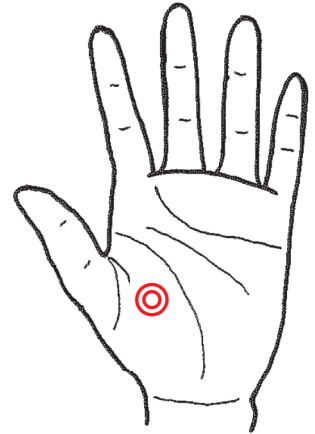
多湿の環境下における体力の消耗や、生活習慣の乱れにより自律神経のバランスが崩れる影響で引き起こされるといわれています。生活習慣の中で一般的な対策としては、胃腸の働きを整える、こまめな水分とミネラルの摂取、適度な運動、規則正しい生活を送り十分な睡眠をとることが重要と

されます。また、夏の間に身体を冷やしすぎないことも大切です。「冷えは万病の元」という言葉もあるように、冷たい飲食物をとりすぎない、入浴はシャワーだけでなく湯舟につかるように心がけましょう。夏の過ごし方に注意していないと秋以降に身体の変調が起こりやすくなります。シンプルなことですが、夏の不調を感じる前に対処しておきましょう。今回は、夏バテや疲労に効果が期待できる注夏穴をご紹介します。

さて、昔に書かれた古典医書の中では夏バテはどう考えられていたのでしょうか。さすがに夏バテという表現はありませんが、東洋医学では注夏病ちゅうかびょうと言って夏の病のひとつとして考えられています。『鍼灸阿是要穴しんきゅうあせようけつ』には「虚損・注夏・羸瘦ヲ治スルノ一法」とあります。気力や体力が弱っていて夏瘦せしている状態(=夏バテに相当)を治すには、注夏穴を用いると記載されています。注夏穴は奇穴といって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。「外ハ手ノ陽明ノ合谷ト相對スル処取ル。」とあるように、注夏穴は合谷穴の真裏に位置することから「裏合谷穴」とも呼ばれます。このツボの見つけ方は、手の母指球(親指のつけ根の膨らんだ部分)の少し内側にあり、強く押すとズーンと響いたり、圧痛を感じる場所です(図)。親指と人差し指で輪を作り、人差し指を合谷穴にあて親指をその裏の掌側に当てて挟むようにすると両方のツボを刺激することが出来ます。また、このツボは指圧の他にお灸もおすすめです。直接灸の場合は7~10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。

まだまだ暑い日が続きますが、身体を冷やしすぎないことに注意しながら夏バテ予防にとりくみましょう。



北里研究所病院 漢方鍼灸治療センター 外来案内

| 漢方科 2023年9月1日~ | | | | | | |
|----------------|--------------------------------------|--|--------------------------------|----------------------|---|--|
| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 午前 | 花輪 ^{※1} 星野 森(裕) 伊東 | 花輪 鈴木 森(裕) 伊東 【冷え症外来】 伊藤(剛) ^{※2} | 花輪 鈴木 森(裕) 桂井 | 花輪 星野 鈴木 川鍋 | 伊藤(剛) 鈴木 星野 森(裕) ^{※4} | 花輪 及川 ^{※3} 鈴木 ^{※3} 星野 ^{※3} 森(裕) ^{※3} |
| 午後 | 星野 森(裕) 【冷え症外来】 鈴木 伊東 | 伊藤(剛) 鈴木 森(裕) ^{※4} 伊東 | 星野 森(裕) ^{※4} 三橋 | 星野 五野 川鍋 | 星野 森(裕) 伊東 鈴木 | |

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/tou-ken/

| 鍼灸科 2023年9月1日~ | | | | | | |
|----------------|-------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------|--|---|
| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 午前 | 伊藤(剛) 井田 近藤 | 井田 黒岩 伊藤(雄) 近藤 | 伊藤(雄) 近藤 富澤 | 伊藤(剛) 井田 伊藤(雄) | 伊東 井田 伊藤(雄) 近藤 | 伊東 ^{※6} 井田 ^{※6} 伊藤(雄) ^{※6} 近藤 ^{※6} |
| 午後 | 井田 黒岩 近藤 | 井田 黒岩 伊藤(雄) 近藤 | 伊東 黒岩 伊藤(雄) 近藤 | 井田 黒岩 伊藤(雄) | 伊藤(剛) ^{※5} 井田 黒岩 伊藤(雄) 近藤 | 伊東 ^{※6} 井田 ^{※6} 伊藤(雄) ^{※6} 近藤 ^{※6} |

- 【注】 ※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。(漢方科)
 ※3 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。)
 ※4 再診の方のみとさせていただきます。
 ※5 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。(鍼灸科)
 ※6 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
その他のお問い合わせ
(代) 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 | 8:00~10:00 | 8:00~10:30 |
| 午後 | 12:50~14:00 | 13:30~14:00 |

再診受付時間

| 漢方・鍼灸 | 月~金曜日 | 土曜日 |
|-------|-------------|--|
| 午前 | 8:00~11:00 | 8:00~12:00(漢方) 8:00~11:30(鍼灸) ^{※7} |
| 午後 | 12:50~15:30 | 13:30~15:30(鍼灸) |

漢方ドック

| |
|------------|
| 月~金曜日(予約制) |
| 9:00~15:30 |



※7 土曜日午前の伊東(秀)医師の再診受付時間は8:00~11:00とさせていただきます。 WEBサイト