

胃腸を整えイイチョウシ

池野 一秀

長野松代総合病院小児科部長（長野市）

●消化機能改善に有効な生薬

梅雨から夏にかけて、暑さや湿度の上昇で、食欲や体力が低下する人が増えます。そんなとき、日常的に行われている対策が、生姜やワサビなどの薬味や、カレーなどの香辛料を含んだ料理を食べることです。こうした薬味や香辛料は、洋の東西を問わず昔から生活の中で使われてきました。「漢方薬は効くか効かないか」という次元の低い争いとは別に、胃腸機能を助け食欲を増進する天然物の存在は、ほとんど全ての人が認めているわけです。さらに、そうした薬味や香辛料が生薬の成分として用いられているのもご存じのとおりです。

●乳幼児には、言わずと知れた小建中湯

胃腸が虚弱で、食が細い場合、乳幼児ならばまず試してみたいのが小建中湯です。構成生薬をみると、芍薬・甘草・桂皮・生姜・大棗に多量の飴（膠飴）が加わります（表1）。この中にもシナモン（桂皮）と生姜というスパイスをみつけることができます。

赤ちゃんの便秘に麦芽糖が主成分のマルツエキスが頻用されますが、膠飴が同じ働きをすると予想されます。さりげなく芍薬甘草湯を含んでいるので、平滑筋の緊張がとれ、腹痛を繰り返す症例にも有効です。

内臓筋だけでなく骨格筋の過剰な緊張に対しても、小建中湯は効果があります。自験例をあげると、未熟児で生まれ、後弓反張と全身の筋緊張が強く、便秘傾向で重症感染を繰り返す幼児がいました。この患者さんに体質改善の目的で小建中湯を投与したところ、感染の機会も減り、便秘も改善し、全身の筋緊張も目に見えてとれてきました。以前は診察室へ入ると意味もなく泣いていたのに、しだいに表情がやわらかくなり、ときにはほほ笑むようにもなってきました。まるで、体だけでなく、心もほぐれていくようでした。

●学童期の食欲不振に補中益気湯

もう少し年齢が進み、小学校高学年から中学生くらいの子どもの食欲不振には、補中益気湯が第一選択になります。こうしたお子さんは、体力だけでなく気力も低下しているのが特

徴です。最初は、顔色が悪く無口だった子が、補中益気湯が効いてくると、顔色の改善とともによく話すようになります。補中益気湯で好調に過ごしていたのに、夏場に疲れが見えてきた場合は、清暑益気湯に切り替えると調子が上向きになります。毎年同じエピソードを繰り返していると、患者さんの方から、「先生、そろそろ夏バージョンに切り替えてください」と言われることもあります。

入試や部活の大会、学園祭などの学校行事に無理に無理を重ねてしまった場合も、まず補中益気湯です。リレーの選手に選ばれトレーニングに勤んでいた小学生の男の子は、毎日疲れて、練習後家に帰ると夕食を終えるなり寝てしまうと訴えました。元気が出る薬だからと補中益気湯を処方した

表1 小建中湯の組成

生薬	量 (g)
芍薬	6.0
甘草	2.0
桂皮	4.0
生姜	1.0
大棗	4.0
膠飴	10.0

ところ、疲れがとれただけでなく、記録も急上昇したと喜んでくれました。

しかし、無理がたたると十全大補湯が必要になる場合もあります。十全大補湯は、気虚と血虚の両者を補う処方です。ハードトレーニングが原因のスポーツマン貧血に、鉄剤だけでなく、十全大補湯を併用するとヘモグロビンの上昇が早いように思われます。

一方、生理出血が続き、ヘモグロビンが4.8g/dLまで低下した中学2年生の女子も、鉄剤の注射と十全大補湯の内服で3週間の間にヘモグロビンが7.7g/dLと急上昇し、その後輸血なしで、11g/dLを越えました。全血で計算すると1週間に100mL程度ずつ造血したことになります。

●考えすぎは胃腸を痛める

中学1年生の女子が、5月から腹痛と下痢が続き、トイレが近いため授業中、席についていられないと訴えました。緊張すると症状が悪化し、朝食や給食を食べるとすぐ下痢になるために、平日は夕食しか食べられず、体重も減る一方でした。過敏性腸症候群として、近くの内科医院で、西洋薬に加え桂枝加芍薬湯・半夏瀉心湯などの投与を受けましたが、改善せず、私のもとへ紹介されました。

表2 加味帰脾湯が効く人の特徴

- ①先回りして心配し、理論的な説明で納得しない。
- ②一度解決しても、同種の心配を繰り返す（学習しない）。
- ③性別、年齢に関係ない。
- ④奏効すると、余分な想念（いやな思い出、不安感）の浮かぶ量が減る。
- ⑤同時に補中益気湯が効くことが多い。

益田総子『講演会資料』『こころに劇的漢方薬』（同時代社）より

初診時、もの静かで暗い表情をしており、手足の冷えも強く、脈も沈んでいたため、真武湯を1日2包朝夕投与で開始しました。内服開始の翌日から下痢が改善し、ずっと休んでいた学校へ行けるようになりました。しかし、下痢が心配なので、いつでもトイレに立てるように一番後ろの席に座っていたそうです。「何かにつけ心配でしょうがない」という言葉をヒントに加味帰脾湯に変更したところ、腹痛も下痢も全くなり、1日3回食事が摂れるようになりました。性格も前向きになり、自分で希望して一番前の席に替えてもらい、生徒会役員の選挙にも立候補したそうです。

加味帰脾湯は、帰脾湯に柴胡と山梔子を加えた処方です。出典である『濟世全書』巻6、健忘門には、「思慮脾を傷りて瘡痂をなすには、柴胡、梔子を加えて加味帰脾湯と名づく」とあり、くよくよと心配しすぎて、胃腸を痛める症例に有効です。横浜市の益田総子先生は、加味帰脾湯が効く人の特徴を表2のようにまとめられています。

●胃腸が先か、心臓が先か

私事で恐縮ですが、以前、新生児科医として小児専門病院に勤めていたとき、胃腸の重要性に関して考えさ

せられたエピソードをご紹介します。多発奇形で、心臓と胃腸のいずれにも致命的な先天性疾患をもつ赤ちゃんが生まれました。この子を救命するためには、いくつもの大手術が必要でした。その手術の優先順位を決めるカンファレンスが開かれたときのことで、話の大筋は、最も生命を脅かすと思われた心臓奇形の手術を最初に行うべきだという意見で進んでいきました。しかし、最終決定の前に消化器外科の部長が口を開きました。

「この子の今の体力では、心臓の手術に耐えられないかもしれない。運よく最初に心臓の手術が成功しても、体力が低下して次の手術ができなくなる。まず、消化管を治して体力をつけてから心臓の手術を行うべきだ」

この鶴の一声で、最初の手術は消化管から行うことが決まり、実際に手術後胃からの経管栄養で体力をつけ体重の増えた赤ちゃんは、心臓の難手術も乗り越え、救命することができたのです。食べて栄養をつけるということが生命の維持にいかに大切か学ばせてもらったエピソードです。



イラスト・池野一秀