

Series

## 私の漢方診療日誌

### No.122 出かけるときは忘れずに 乗り物酔い、二日酔い、つらい吐き気に五苓散

漢方薬を投与する上で、「証」を選ぶという作業が必要になってきます。これが漢方を使う醍醐味でもあり、難しいところでもあるのですが、あまり証を気にせず、症状だけを目標に投与しても充分効果が期待できる処方もあります。五苓散（TJ-17 ゴレイサン）は、その代表的な処方といえます。悪心、嘔吐や水滞の頭痛に使われます。今回は、乗り物酔いに対する五苓散の効果と投与上の工夫をお話します。

G君は、中学三年生の男の子です。小学生の頃から乗り物酔いがひどく、車に5分乗るだけでも酔って吐いてしまいます。市販の酔い止めも各種試しましたが全く効果がありません。修学旅行で長野から関西へ行くのですが、乗り物酔いがひどいので、参加したくないといえます。そこで、絶対に酔わない薬をだすからと、五苓散1包を旅行3日前から朝1回内服するように処方しました。その後、修学旅行を終えた彼はニコニコして病院を訪れ、「旅行中全く酔わなかった。帰りは揺れる振り子電車の中で、将棋をさして帰ってきた。」とお土産を持ってきてくれました。

ここでポイントとなるのは、3日分投与するということです。もちろん、五苓散は優れた制吐効果があり、頓服の一回投与でもいいかもしれませんが、しかし、学校行事前に慌てて来院する子供は、普段から漢方薬を飲み慣れていることはまずないので、漢方薬の剤型から慣れる必要があります。また、田代眞一先生が述べておられるように、漢方薬の有効成分の中には、腸内の少数派の細菌によって代謝されて、初めて効果を現すものもあります。例えば、生理痛に対する芍薬甘草湯（TJ-68 シャクヤクカンゾウトウ）の場合、生理の予定日の3～5日前からの投与で、生薬を分解する資化菌を増やしておくことで有効性が増すとされています。同様に五苓散も5日前から飲んでもらってもいいのですが、現代っ子は3日坊主が多く、5日前から始めて、3日で挫折するよりは、直前3日間に確実に内服してもらう方が、コンプライアンスが高まると思います。さらに、乗り物酔いが強い子は、水滞傾向があるので、事前に余分な水分を捌いておく効果も期待できます。水分を捌くという効果に関して、ラシックスと五苓散を

比較した田代先生の実験によると、利尿剤であるラシックスは、通常でも脱水時でも同様に尿量を増やすのに対し、利水剤である五苓散は、通常では尿量を増やし、脱水時では尿量を減らし水分を体内に保つ働きがあります。

この症例は、バスと電車に対する酔い止めでしたが、他の乗り物酔いや二日酔いの吐き気にも五苓散は有効です。最近では、子供でも飛行機で外国へ行く機会が増えましたが、飛行機の中で酔っても降りることはできませんし、海外となると最低でも3時間から、長いと10時間以上も吐き気に悩まされることになります。



私事で恐縮ですが、我が家の子供たちにも飛行機に乗る前は、必ず五苓散を飲ませることにしています。ヨーロッパのある空港で、セキュリティーチェックを受けた時です。手荷物に入っていた五苓散エキス顆粒のアルミパックを見て、係官がこれは何かと尋ねました。私が慣れない英語で、“It is air-sick drug.” と答えると彼の顔色が変わりました。” What’s! Did you say drug!”

「何っ！ドラッグ（麻薬）だって！」と彼が叫ぶと、たちまち数人に取り囲まれ、厳しい尋問を受けることとなりました。最後に身分証明書を見せろと言われましたが、日本人で海外旅行に身分証明書を持って行く人がどの程度いるでしょうか。この時の教訓は、海外旅行に行く時は、薬は手荷物に入れないことと、パスポートの他に身分証明書も必要だということでした。もちろん五苓散も、「出かける時は忘れずに。」