

こどものカラダとところを癒す漢方薬①

こどもに漢方薬を飲んでもらう工夫

池野 一秀

長野松代総合病院小児科部長（長野市）

●はじめに

医師の9割が漢方薬を処方していると言われますが、私が属している小児科領域ではまだまだ漢方薬の普及が遅れています。例えば他の小児科医から「漢方薬なんて使うんだ。ふーん」となかばカルト教団の信者を見るような憐みの視線で見られることも稀ではありません。こうした漢方薬に偏見をもっている人たちの最強のつっこみが、「漢方薬みたいにまずい薬をこどもが飲むの?」というものです。確かに現代のお子さんは、離乳食の段階から、手の込んだおいしい料理で育てられ、おやつにはお菓子メーカーが次々繰り出す新製品が並び、クリスマスや誕生日に限らず欲しいときにいつでもケーキが食べられます。こうしたプチグルメたちが、いったん薬を飲まない決めてたら、いかにしぶといかを小児科医である我々はよく知っています。当たり前のことですが、飲まない薬は効きません。今回は、薬を飲まない頑固なこどもに日夜対峙する小児科医とお母さんの苦闘の日々をお話したいと思います。

●こどもの好きな甘味・塩味・ピリ辛味を利用する

まず、こどもの好きな食べ物は何でしょう。コンビニやスーパーで、こどもたちが真っ先に駆けつけるのは、チョコレートやキャンディー、スナックが並ぶお菓子コーナーです。こうした食品の味付けは、チョコレートなどの甘味、スナック類の塩味、ときにピリ辛

味に分類できます。ここで漢方医らしく、五行論に立ち返って考えると、小児は五臓のうち肝心が余剰で、脾肺腎が虚弱です。五臓に味を当てはめると肝―酸、心―苦、脾―甘、肺―辛（ピリ辛）、腎―鹹（塩）に相当します。つまり足りない脾肺腎を補うために、その臓器に対応する味である甘味・ピリ辛味・塩味を求めているとこじつけることができます。

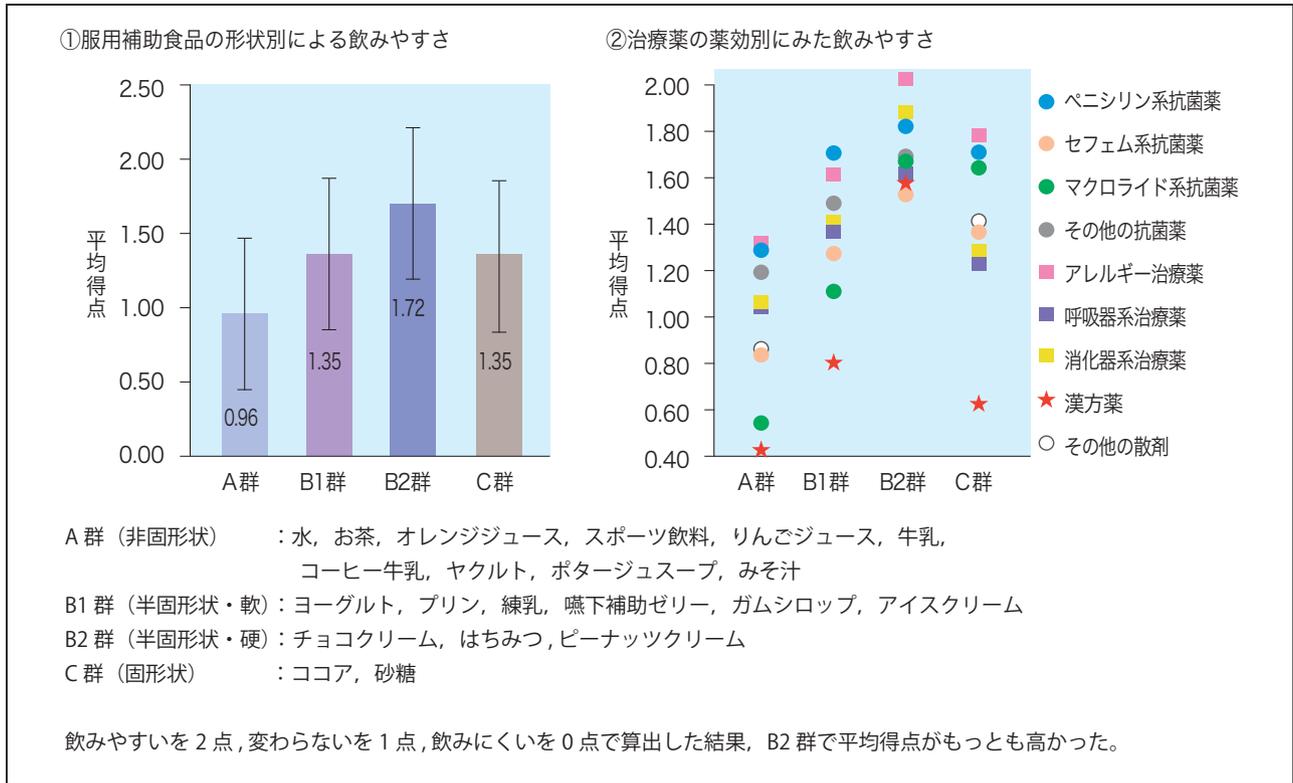
もちろん、過ぎたるはなお及ばざるがごとしで、2千年前にはなかったような大量の砂糖や、唐辛子のような強烈な香辛料が存在する現代です。昔に比べると、甘味・辛味・塩味がきわめて強い食物が、ふんだんに溢れています。こうした食品の摂りすぎは健康を損ねます。しかし、この味覚に注目して漢方薬を飲ませれば勝算が生まれてくるわけです。

●チョコクリームと漢方薬を混ぜる

実際に行われた薬効別の散剤の飲みやすさをみると、^{こじめしんじ}甲冑慎二先生の研究では、アレルギー用薬や抗生剤に比べ、漢方薬は最も飲みにくかったという結果が出ています。同時に行われた「服用補助食品の形状と散剤の飲みやすさの関連性」調査（図参照）では、水・ジュースなど「非固形物」、ヨーグルト・プリンなど「軟らかい半固形物」、ピーナツクリームやチョコクリームなど「硬めの半固形物」、ココアパウダー・砂糖など「固形物」と混ぜた場合を比べています。この中で「硬めの半固形物」と薬を混ぜた場合が最も飲みやすいという結果でした。

具体的には、パンに塗るチョコクリームが最もお勧

図 服用補助食品の形状と散剤の飲みやすさの関連性



甲 慎二ほか. 小児科臨床. 乳幼児の散剤の服用について—コンプライアンス向上への取り組みとその成果—, 2007, 60 (2), p.337 より

めです。これをプリンに付いてくる小さなスプーンに一杯とり、エキス剤とよく混ぜて、そのまま同じスプーンでこどもの口に入れてあげるのは。さらに混ぜた後、冷凍庫に入れてトリュフチョコのように固めるという上級テクニックもあります。疑うことを知らぬイノセントなお子さんの場合、この方法でだいたい内服できます。しかし、ちょっと知恵のついた疑り深いこどもの場合、もう少し工夫が必要です。お勧めのアイテムとしては、市販のミニシュークリームを使います。これの上半分を開け、中のクリームと少量のエキス剤を混ぜます。そして元通り蓋を戻して、何もなかったかのようにお口の中に入れてあげるのは。

ところが、中には大人びた辛党のお子さんも存在します。実際にお母さんたちから聞いた話ですが、マヨネーズが好きなマヨラーのお子さんはマヨネーズに、納豆好きならひき割り納豆に薬を混ぜると飲んでくれる場合があるといいます。私が一番驚かされた組み合わせは、イカの塩辛です。若いうちから、よほど腎が

弱く、鹹味を欲しているのでしょうか。そんな子が大人になって、塩辛をつまみに日本酒を傾けている光景がつい頭に浮かんでしまいます。

● 膠飴の含まれる漢方薬は麦芽飲料と相性がよい

漢方エキス剤は、〇〇湯と名前がついている通り本来お湯に溶かして内服するものです。しかし、溶かすと生薬特有の香りや苦みが、いっそう目立ってしまいます。甘味料だけ加えてもむしろ苦味が際立ってしまう場合もあるので、ココアやコーヒーなどとも苦味のあるフレーバーを加えるのがコツです。ふたたびお母さんからの情報ですが、麦芽飲料と混ぜると飲みやすいそうです。確かに、麦芽糖は漢方薬の成分である膠飴こういに相当しますから、相性がよいのかもしれない。

また、一般に冷たいものに対しては味覚が鈍るので、エキス溶液を凍らせるのもよい手段です。久留米大学

の恵紙英昭先生たちは漢方エキス剤1袋を100ccに溶かし、製氷皿で9個の氷を作るという方法で、食欲の落ちた大人の方に、^{りっくんしとう}六君子湯などの漢方薬を服用してもらっているそうです。

一方、漢方薬は苦くてまずいという先入観が大人の私たちにさえあります。しかし、数ある処方の中には、意外に甘いものもあるのです。まず、麦芽糖を主成分とした膠飴が含まれる処方あげられます。^{おうぎ}黄耆^{けんちゅうとう}建中湯・^{しょうけんちゅうとう}小建中湯・^{だいけんちゅうとう}大建中湯が膠飴を多量に含む処方です。特に小建中湯は小児に対して万能薬的に投与されます。もともとは、名前が示すように、建中の「建」は建立、「中」は中焦つまり消化器系を指し、その作用を改善、正常化するという意味で、胃腸症状の改善に使われた処方です。^{あまだ そうはく}浅田宗伯先生は、『^{ふつご やくしつほう}勿誤薬室方^{かんくけつ}函口訣』の中で「腹中の引っぱり痛む」場合に使うと書いています。便秘のために腹痛を繰り返す幼児には、とても効果があります。

小建中湯のエキス製剤の適応をみると、「小児虚弱体質、疲労倦怠、神経質、慢性胃腸炎、小児夜尿症、

夜なき」と、あまり脈絡のない症状が並びます。しかし、胃腸を整えることによって、自律神経や免疫のバランスが改善されることが明らかにされ、近年さまざまな報告が出てきました。腸内環境と免疫・自律神経・内分泌の関係については、西洋医学的にも最近さまざまな知見が報告されていますが、漢方の世界では3千年も前から、胃腸を健全にすることが健康に必要だとわかっていたのでしょう。

●将を射んと欲すれば……

最後に、こどもに漢方薬を飲ませるために大切なことは、こどもに漢方薬を飲ませようとする「お母さんの熱意を引き出す」ことです。このことは、小児科医でもあった、故・広瀬滋之先生も強調されていました。そのためには、お母さんの症状に関して漢方薬を処方し、効果を実感してもらうことです。喩えれば、「将を射んと欲すれば……」といったところでしょうか。

池野 一秀 (いけの かずひで) 先生



- 1960年 長野県生まれ。
- 1985年 岐阜大学医学部卒業。
- 1992年 国立小児病院新生児科。
- 1995年 長野県立須坂病院小児科部長。
- 1996年 長野県立須坂看護学校非常勤講師。
- 2002年 長野女子短期大学併任講師。
- 2003年 長野県立短期大学非常勤講師。
- 2006年 長野市民病院小児科部長。
長野県立須坂病院漢方外来。
- 2012年 長野松代総合病院小児科部長。
- 資格 日本小児科学会専門医・日本東洋医学会専門医。

漢方治療の得意分野は、小児科一般・アレルギー・不定愁訴。病気のこどもだけでなく、困っているお母さんも診療し、「母子同治」を心がけている。



診療時、コミュニケーションの一助として、患者さんをモデルにイラストを描く。作品は、新聞連載、単行本の挿絵・表紙として採用されている。