



高齢心不全患者のQOL改善に役立つ漢方（9）

第9回 風邪のひき始め



土倉 潤一郎 先生 [プロフィール](#)
土倉内科循環器クリニック 院長

風邪はなるべく早期に仕留める

心不全は感染症を契機に悪化することが知られている¹⁾。さらに高齢者の場合は二次感染による肺炎などを合併するとQOLの低下をきたしやすいため、**高齢心不全患者において感染症対策は大切**である。

風邪治療のコツは「**なるべく早期に仕留める**」である。そのためには漢方薬（患者の風邪のパターンがあればそれに対応したもの）を予め手元に置いておき、**風邪をひいた直後に服用することが肝要**である。もちろん細菌性感染症の場合には抗菌薬の併用も必要である。

一般に感染症予防の漢方薬として、[補中益気湯](#)（41）などの[補剤](#)が報告されているが^{2,3)}、個人的にはこれらで予防するよりも、風邪の初期に使用する漢方薬で「なるべく早期に仕留める」ことに重点を置いている。

体力中等度以上の風邪の初期に[葛根湯](#)（かっこんとう）（1）

対象者：体力中等度以上の風邪のひき始めに使用する。虚弱者や冷え症には不向き。

処方解説：葛根湯は[葛根](#)（かっこん）、[麻黄](#)（まおう）、[桂皮](#)（けいひ）、[芍薬](#)（しゃくやく）、[生](#)

姜（しょうきょう）、大棗（たいそう）、甘草（かんぞう）の7種類の生薬で構成されている。麻黄、桂皮には温熱産生を高めて発汗、解熱させる働きがあり、抗炎症作用、抗ウイルス作用、マクロファージ貪食能増殖作用なども認められている⁴⁻⁶⁾。基本的に風邪のひき始めに使用する漢方薬であり、亜急性期以降に服用することは少ない。主薬の葛根は発汗、解熱だけでなく、後頸部の凝りを和らげる働きがあり、後頸部の凝りや頭痛などにも対応できる（厳密に言えば風邪の初期に使用する漢方薬はすべて頭痛に対応できる）。その他の治療対象の症状として、悪寒、咽頭痛、鼻汁、鼻閉（全て軽度）などもある。

類似した漢方薬に麻黄湯（27）があるが、大きな違いは芍薬の有無である。芍薬は止汗作用があり、発汗しすぎないようにブレーキの役割がある。よって、芍薬が入っている葛根湯は発汗作用をもちながら止汗作用も有するため、芍薬が入っていない麻黄湯と比較すると、“発汗作用は劣るが比較的安^{全な風邪の漢方薬”}といえる。しかし、虚弱者や冷え症には後述する漢方薬の方が適合しやすいため、体力中等度以上が対象となる。

使い方：風邪のひき始めに使用するが、できる限り早期がよい。若年者であれば1回2包や1時間後に再度服用するやり方もあるが、高齢者の場合は1回1包の1日2～3包を推奨する。葛根湯は発汗剤ではあるが、発汗せずに症状のみ軽減することも少なくない。また、温熱産生を補助するために温服や厚着など体を温める養生も大切である。

風邪の初期の鑑別処方として、鼻汁が主体には小青竜湯（19）、咳嗽が主体には五虎湯（95）、咽頭痛が主体には桔梗湯（138）（軽症）や葛根湯（1）+小柴胡湯加桔梗石膏（109）（中等度以上）などがある。

注意事項：麻黄（エフェドリンが主成分）が含まれているため、胃もたれ、口渇、尿閉などの副作用があり、特に胃弱者や前立腺肥大のある高齢者には注意が必要である。用法用量どおりであれば、動悸や心不全悪化はきたしにくいと思われる。

冷え症の風邪に麻黄附子細辛湯（まおうぶしさいしんとう）（127）

対象者：冷え症の風邪（水様性鼻汁、咽頭痛、寒気など）に使用する。

処方解説：麻黄附子細辛湯は麻黄（まおう）、附子（ぶし）、細辛（さいしん）の3種類の生薬で構成されている。特徴は附子や細辛の温熱作用であり、体を温めて自己免疫力を高め、風邪症状やウイルスを除去する働きがあるため、冷え症患者に適合しやすい^{7,8)}。また、風邪症状の中でも、水様性鼻汁、咽頭痛、寒気などに対して効果を発揮しやすい（黄色鼻汁、強い咽頭痛、高熱などには治療対象外）。対象者は基本的に冷え症で、風邪をひくと体がさらに冷えて風邪が治りづらい、総合感冒薬が合わないなどの傾向がある。

使い方：風邪のひき始めから使用できるが、亜急性期以降にも有用である。冷えを伴うため、温服や厚着など体を温める養生も非常に重要である。

高齢者の風邪に使用する漢方薬として参蘇飲（66）もある。参蘇飲は発汗解熱作用、鎮咳去痰作用、鎮痛作用（咽頭）、健胃作用などの12種類の生薬で構成されており、虚弱者の風邪の諸症状に使用

できる高齢者向けの総合感冒薬である（温める作用は弱い）。

注意事項：葛根湯と同様。

事例：82歳女性。よく風邪をひくが、治りにくい。もともと冷え症で冷房は苦手。風邪をひくとさらに体が冷え、水様性鼻汁や咽頭痛を認める。長引くと咳も出るようになる。発熱はない。総合感冒薬を飲むと体がきつくなる。

処方：麻黄附子細辛湯1回1包 1日3回 毎食間 7日分

1週間後：「あの漢方薬は良かったです。飲んだらすぐに良くなりました」

4週間後：「あれを飲むとすぐに良くなるので助かります。また処方してください」

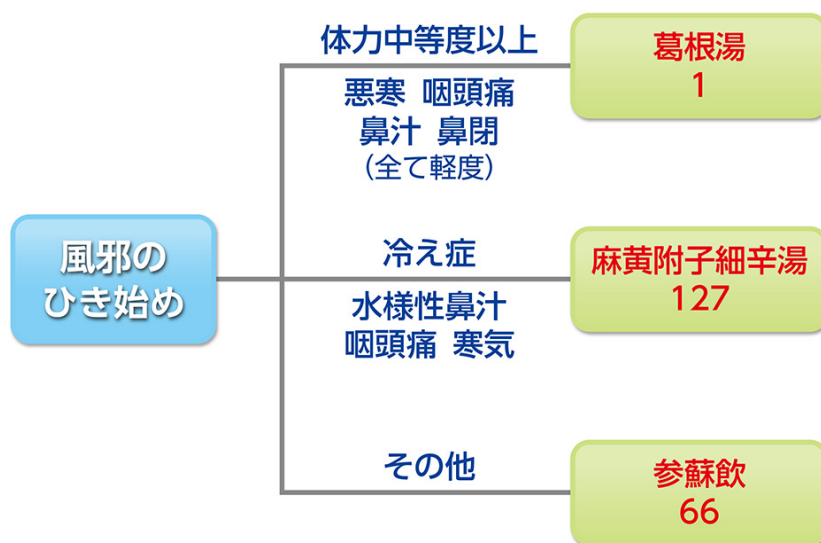


図 風邪のひき始めフローチャート

【引用文献】

- 1) Tsuchihashi, M. et al. Am. Heart J. 2001, 142 (4) , E7.
- 2) 池田善明ほか. 和漢医薬会誌. 1986, 3 (3) , p.372-373.
- 3) 杉山幸比古ほか. 日胸臨. 1997, 56 (2) , p.105-109.
- 4) 村岡健一ほか. 和漢医薬誌. 2003, 20 (1) , p.30-37.
- 5) ヒキノヒロシほか. 日東医誌. 1980, 31 (3) , p.167-170.
- 6) Hayashi, K. et al. Antiviral. Res. 2007, 74 (1) , p.1-8.
- 7) 山原条二ほか. 和漢医薬会誌. 1985, 2 (2) , p.303-309.
- 8) 東奈津美ほか. 和漢医薬誌, 2001, 18 (2) , p.89-94.

(制作担当：CSZ)

土倉 潤一郎（どくら じゅんいちろう）先生 プロフィール

土倉内科循環器クリニック 院長

▶ 経歴

2003年 聖マリア病院
2005年 九州厚生年金病院 循環器内科
2010年 麻生飯塚病院 漢方診療科
2017年 土倉外科胃腸科医院 副院長
2018年 土倉内科循環器クリニック 院長

▶ 専門医資格

日本循環器学会 循環器専門医
心臓リハビリテーション指導士
日本東洋医学会 漢方専門医・指導医
総合内科専門医
日本在宅医学会 認定専門医
プライマリケア認定医

ホームページ： <http://www.dokura-cl.com>

(以上、2021年4月現在)

Copyright(C) ACCENT INC. All Rights Reserved.