



ごあいさつ

院長 貝嶋 光信

春になりましたね。今年は例年に比べて雪解けも早く、また暖かい日も多いようで、花壇のチューリップやクロッカスも早々と咲き始めました。待望の桜の開花・満開もゴールデンウィーク前半ではないかとの予想ですね。

インフルエンザの流行はやっと下火になりましたが、そろそろ花粉症のシーズン到来です。花粉症になりやすい人として、遺伝的にアレルギー体質であることが主因と言われますが、一説には人類の8割は程度の差こそあれアレルギー体質を持っていると言われますので、今は花粉症では無くてもある日突然花粉症になることがあるそうです。どうぞゆめゆめ油断無きようお過ごしください。



新任医師あいさつ

消化器内科 林 健児



4月より恵み野病院消化器内科へ赴任しました林健児と申します。平成21年大学卒業後北大病院で臨床研修し道内の病院で研鑽を積んで参りました。前年は新札幌の札幌北辰病院に勤務しており、北広島、恵庭地区の患者さんとの関わりもございました。消化器一般を担当いたします、患者さんのお役に立てるよう努めますのでよろしくお願いいたします。

研修医 酒本 博史



本年4月より恵み野病院にて研修医としてお世話になります酒本博史と申します。高校卒業後、北海道大学を卒業し、再受験で札幌医科大学に入学いたしました。北海道大学では居合道部、札幌医科大学ではゴルフ部に所属しておりました。医師としての第一歩をこの恵み野病院で踏み出すことができ嬉しく思っております。患者様やスタッフの皆様から多くを学んで医師として人としても成長できるように一生懸命努力してまいります。何卒よろしくお願い致します。

病院敷地内禁煙のお知らせ



当院の**病院建物内および駐車場、通路を含む敷地内での喫煙は禁止**となっております。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



整形外科における漢方治療

整形外科 太田 博史

整形外科には腰が痛い肩が痛いというように〇〇が痛いといって受診される患者さんがたくさん来られます。即ち整形外科外来とは痛み外来と言っても過言ではありません。

痛みをとる方法としては運動療法、ブロック、装具療法、薬物療法などがありますが今回は薬物療法、中でも内服薬（飲み薬）のお話をしたいと思います。

私が整形外科医になった頃は、痛みをとる薬というとステロイドかNSAID（非ステロイド性消炎鎮痛薬）しかありませんでした。ステロイドは慢性関節リウマチの患者さんにたまに使うくらいでしたので実際に外来で使う薬としてはNSAIDがほとんどで、何か痛み止めを使うとなるとロキソニンかボルタレンくらいしかありませんでした。これらは比較的即効性があり短期的には良い薬ですが、長期に渡って服用すると胃潰瘍などの副作用が問題となります。その後NSAIDの中でも胃粘膜障害の少ないCOX 2阻害薬と呼ばれる薬が登場し現在でもセレコックスという薬はよく使われています。更に2010年には神経因性疼痛に特化したリリカという薬が発売になり、帯状疱疹後神経痛のようなビリビリ・ジンジン・ひりひりなどと表現されるような痛みに対して効果をあげるようになりました。（武田鉄也さんのコマーシャルで有名ですね）また痛みには急性期の痛みと慢性期の痛みがありそれらは性格を異にするのですが、慢性期の痛みに特化したトラムセットという薬が2011年に発売になり、変形性脊椎症や変形性関節症などの慢性疾患によく使われています。またもともとはうつ病の治療に使われていたのですが、下行性疼痛抑制系という経路を通して「痛みを感じにくくする」サインバルタという薬も、「何をのんでも痛みが取れない！」という患者さんに利くことがあり非常に重宝しています。このように整形外科領域の疼痛治療は、私が医師になった四半世紀前と比べると非常に処方選択肢が増えたと言えます。

しかしながらNSAIDには消化性潰瘍や腎機能障害・心血管障害、リリカには眠気やフラツキ、トラムセットには吐き気や便秘、サインバルタには吐き気や眠気などの副作用が一定割合出現し問題となります。

そこで漢方なのです。

さて漢方薬は一体どんな成分で構成されているかご存知でしょうか？

例えば比較的有名な葛根湯という方剤で見てみましょう。

風邪の初期や肩こりに効果のある葛根湯は以下の7つの生薬で構成されています。

桂枝（ケイシ） トンキンニッケイなどの幼若枝または樹皮を乾燥したもの

芍薬（シャクヤク） 牡丹科シャクヤクの根を乾燥させたもの

甘草（カンゾウ） マメ科カンゾウ属の根を乾燥させたもの

大棗（タイソウ） ナツメの果実を乾燥させたもの

生姜（ショウキョウ） ショウガの根茎

麻黄（マオウ） マオウなどの地上茎を乾燥させたもの

葛根（カクコン） マメ科クズの根

いかがでしょうか？ケイシはシナモンの樹皮ですし、芍薬の根っこであったりナツメだったりショウガの根っこだったり・・・つまり漢方薬というのは意外と私たちの身近にあって口にするようなものも多く使われているのです。医食同源という言葉がありますが薬というよりも食に近い印象を私は持っています。



甘草



桂皮



かといって全く副作用がないわけではありません。食べ物でもソバアレルギーの人がそばを食べるとアレルギー症状が出ますし、体によいからといってウコンを摂り過ぎると肝機能障害を起こしたりするのと同様に漢方薬にも副作用はあります。
重大な副作用としては以下のものがあります。

- ① 間質性肺炎 発熱、咳、呼吸困難などにより発症します。速やかに胸部レントゲン撮影を行い、診断確定したらステロイド投与等の適切な処置を行うことが必要です。
- ② 偽アルドステロン症 生薬のひとつである甘草の摂り過ぎによって起こる副作用でむくみ、血圧上昇、低カリウム血症などが起こります。甘草は漢方薬の7割くらいに含まれていますので比較的起こりやすい副作用といえます。投与中止とカリウム製剤投与により治ります。
- ③ ミオパシー これは上記の低カリウム血症に引き続いて起こるもので脱力感や四肢痙攣といった症状が出ます。カリウム製剤投与によって治ります。
- ④ 肝機能障害 血液検査でGOT,GPT,ALP, γ -GTPなどの高値を伴う肝機能障害や黄疸が現れることがあります。投与している漢方製剤の中止で速やかに治りますが、できれば3～6ヶ月に1回程度血液検査をして肝機能のチェックを行うのが望ましいと思われます。

他には軽い副作用としては薬剤過敏症としての発疹・発赤・掻痒（かゆみ）が現れることがあります。

上記の中で一番怖いのは間質性肺炎ですが、私が恵み野病院に赴任してからの3年間では今のところ1例も発症していません。甘草を摂りすぎることによって起こる偽アルドステロン症や低カリウム血症、ミオパシーは、同時に2種類以上の漢方薬を服用する際に甘草の含有量を1日あたり5g以下にすることでかなり防ぐことができます。

さて、漢方薬が比較的副作用が少ないということは何となくわかっていただけたとして・・・でも・・・
「漢方薬ってかなり長期間のみ続けてやっと効くんでないの？」
とされている方が多いと思います。実際医師の中でもそう思っている先生は少なくありません。
ところが実際はそうではありません。

芍薬甘草湯というこむらがえりに効く薬は服用して15分くらいで筋肉の緊張がすーっとなくなり足が楽になります。

また水滞（体内の水の流れがとどこおることによって起こる病態）によって起こる頭痛、めまいといった症状はお湯に溶かした五苓散という薬を服用すると30分くらいで効果を発揮します。

1800年位前の中国で初の漢方薬マニュアルとして書かれた傷寒論という書籍がありますがこの当時人間の平均寿命は30歳くらいで、10歳までに60%くらいの子供が命を落としたとされています。このような時代に何ヶ月も飲んでやっと効いてくるような薬に意味があるのでしょうか？ないですね。全ての漢方薬に即効性があるわけではありませんが少なくとも傷寒論のような古代書籍に記載されている処方には即効性が期待されますし（上に挙げた芍薬甘草湯や五苓散は実際に載っています）、それ以外の方剤についても3週間程度で効く・効かないは判定できるものだと思っています。



病院敷地内禁煙のお知らせ

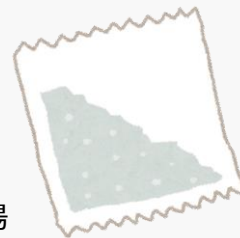
当院の**病院建物内および駐車場、通路を含む敷地内での喫煙は禁止**となっております。
皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



前のページからの続きです

次に、具体的には整形外科でどんな病気にどんな漢方を使っているかと言いますと・・・

打撲捻挫	治打撲一方、桂枝茯苓丸
肩こり	葛根湯、桂枝茯苓丸
五十肩	二朮湯
神経痛	桂枝加朮附湯、牛車腎気丸
腰痛	疎経活血湯、当帰四逆加呉茱萸生姜湯
関節炎	桂枝加朮附湯 越婢加朮湯 麻杏薏甘湯 防已黄耆湯
リウマチ	柴苓湯、大防風湯
こむら返り（足のつり）	芍薬甘草湯
蜂窩織炎、化膿創	排膿散及湯、十味敗毒湯



などなど

以上はあくまでも参考程度で

漢方薬はあくまでも患者さんの証（体質）を診て判断しますので西洋薬のように高血圧だから降圧薬、便秘だから下剤、のようにシンプルにはいきません。

例えば同じ関節炎でも熱を持って腫れている場合には強烈に冷やす効果のある石膏が含まれた越婢加朮湯を使いますが、触ると冷たくお風呂に入ると楽になるような方には桂枝加朮附湯を使用し、色白ぽちゃりのご婦人で汗っかきで膝が腫れているような場合には防已黄耆湯を処方します。

同じ膝関節痛でも患者さんの証に合わせて処方が変わるのが漢方なのです。

以上ざっくりですが漢方薬と言うものが何となくわかっていただけましたでしょうか？

もう既にたくさんの薬を飲んでいて、これ以上薬を増やしたくない・・・でも漢方薬なら・・・という方、もちろん何も病気がなくて何も薬を飲んでいない方も、気軽にご相談ください。

