



2018年4月11日放送

頻用処方解説 清暑益気湯

鹿児島大学病院 漢方診療センター 網谷 真理恵

清暑益気湯の主な効能

清暑益気湯は、夏期の高温多湿によって起こる裏熱虚脱で暑熱により生じた気虚、陰液の損耗による食欲不振、下痢、全身倦怠感、夏やせなどの、いわゆる“夏バテ”の代表処方です。夏バテは、古来より「注夏病」とも呼ばれています。

人は高温気候により様々な症状が出ます。31度以上で疲労感、食欲不振、傾眠傾向、記憶力低下、学習能力低下、活動性低下、脱水、高体温、微熱、血圧低下、頻脈、心機能低下、うつ状態などが起きることがあります。36度以上では熱射病、心不全、突然死が起きることがあります。

夏バテの漢方医学的解釈

漢方医学では、病気の原因を内因、外因、不内外因に分ける考え方があります。夏バテは、暑邪が湿邪と結びついて身体に影響を及ぼしたものと考えます。暑邪は過度に高温の生活環境を指し、湿邪は湿気や水分の多い生活環境を指します。暑邪は熱性ですので、熱気により各臓器に障害をきたします。湿邪は局所に過剰な水分を生み、特に消化吸収能が障害され、食欲不振となります。また、手足や身体に漢方医学的な意味で蓄積されると、重だるいという感じが生じます。さらに、冷房による寒邪、寒冷刺激も絡み合った複雑な状態が現代の夏バテと考察されます。

清暑益気湯の原典

清暑益気湯の名が最初に出た原典は、1247年に成立した李東垣の『内外傷弁惑論』です。その大意は「手足や身体が重だるく、活動する気力もなくなった状態。時に手足の関節が

痛んだり、足先が火照って暑くもないのに発汗したり、逆に発汗すべきときに汗が出ない。胸が苦しくて動悸がしたり、みぞおち付近がつかえてお腹が張って重苦しくなる。食欲がなくなったり、水を飲んでも喉がかわく。小便は真っ黄色で量が少なく、時に便秘が起こる。あるいは何度も排便したくなったり、下痢が続いたりというような症状が多く現れた時が清暑益気湯を服用する時期である」と書かれています。漢方では、13世紀から暑気による体の失調状態に対応できる手段が用意されていたといえます。

清暑益気湯の構成生薬

構成生薬に関して『内外傷弁惑論』では、黄耆、蒼朮、升麻、人參、白朮、陳皮、神麴、沢瀉、黄柏、当帰、青皮、麦門冬、葛根、五味子、甘草の15味で構成されていたと記載されています。一方、1644年頃に成立した『医学六要』（張三錫：生没年不詳）では、この処方を簡略化し、人參、黄耆、陳皮、蒼朮、麦門冬、当帰、黄柏、甘草、五味子の9味での清暑益気湯が記載されました。こちらを「近製」と呼び、現在、私たちが使用しているエキス製剤はこの『医学六要』の処方に従っています。

この李東垣の処方と『医学六要』、すなわち近製の清暑益気湯に関して、浅田宗伯（1815-1894）は『勿誤藥室方函口訣』の清暑益気湯の章で、「この処方は注夏病の主剤である。虚弱な人が、夏になると羸瘦(るいそう)して倦怠感が強くなり、下痢をしたり、息切れをして苦しく、手足に煩熱があったりする者を治す。この処方は李東垣が創ったものであるが、薬味が多すぎるきらいがある。即効性があるのは近製の方である。しかし、老人や体力の少ない虚弱な人には、作用の穏やかな李東垣の方が良い。」と記載しています。

使用目標

臨床上的の使用目標ですが、夏の暑さと高い湿度のために胃腸症状や疲労倦怠感が強くなった時に用います。普段から胃腸虚弱な人に用いる機会が多い漢方薬です。食欲不振や下痢などの消化器症状があり、体重が減少し、何となく胸が苦しく手足がほてり、じわじわと汗が出て疲れる、寝汗がひどい、眠れない、食後に眠くてたまらない、全身がだるく何も手につかない、などの訴えを認めることが多くあります。

体質は中等度からやや虚弱な人に用います。痩せた人に用いることが多くありますが、体格が良くても、筋肉や脂肪が非常に軟らかい、いわゆる水太りの人にも用いることは少なくありません。

薬能

補剤では、薬用人參（朝鮮人參）や黄耆という生薬が配合されており、参耆剤と総称されます。エキス製剤の補剤では、補中益気湯、十全大補湯、人參養榮湯、加味帰脾湯などが有名ですが、この清暑益気湯も補剤の1つです。君薬は黄耆、臣薬は人參、陳皮、当帰、甘草、ほかに五味子、麦門冬、蒼朮、黄柏で構成されています。構成は補中益気湯とよく似ていますが、五味子、麦門冬、人參という3つの生薬を包含することが特徴的です。この五味子、麦門冬、人參の3つの生薬は、生脈散という気血双補の基本方剤であり、漢方医学的に脱水症状を改善する作用が期待できる薬剤になります。

そのため高齢者で脱水しやすく元気がないという時にも応用することができます。食欲不振、体が重い、気力がないなどの元気がない状態に加え、脱水傾向があるときに用いると良いと言えます。注意点としては、清暑益気湯を用いる際には、夏バテと O-157 を始めとする夏期の感染症による下痢や食中毒との鑑別が特に重要になります。

類方鑑別

夏バテに用いられる処方としては、補剤では清暑益気湯、補中益気湯、白虎加人参湯、人参湯、六君子湯、半夏白朮天麻湯があります。清暑益気湯は主に夏に用いられます。夏になると痩せて下痢をしやすくなり、足がほてり、仕事も手につかないような状態を目標に用います。

補中益気湯は通年で使用します。食後横になりたくなくなり、言葉に張りがなく、目に力がなく、食物に味を感じないなどの状態を目標に用います。白虎加人参湯は口渇、多汗を目標に用います。人参湯は冷え、下痢傾向、胃腸虚弱を目標に用います。六君子湯は食欲不振、胃腸虚弱に用います。半夏白朮天麻湯は頭痛、頭が重い感覚、めまいなどを目標にします。補剤以外では、五苓散も口渇が強く、水を飲みたくなくなり、尿の出が悪いときなどに用います。

また、近年では清暑益気湯は、舌痛症、顔面痛、三叉神経痛、片頭痛などにも応用されています。内服のポイントとしては、口にしばらく含んでゆっくり飲み下すことが重要です。

自験例

清暑益気湯の症例および、臨床報告を紹介いたします。

【症例 1】

40 歳、女性。幼少期から虚弱で、太りにくい体質でした。胃腸の状態が悪く、食欲がなく、少し変わった食事をするとすぐに下痢をする体質でした。この女性は、夏になると食欲が全然なくなり、下肢がだるくて元気が出ない状態となっていました。

そこで清暑益気湯を内服したところ、大変楽になって元気が出てきました。夏の間中、清暑益気湯を内服し、無事に夏を過ごすことができたとのことでした。

【症例 2】

43 歳、女性。8 月に入ると暑さのため睡眠不足、食欲が落ち、全身倦怠感が強くなりました。その他、夜間は寝汗、熱感がしますが、体温を測定しても 36 度台でいつもと変わりません。青白く弱々しい顔色で、脈は沈弱。胸脇苦満はなく、腹力は、腹壁が薄く軟弱で弾力がありません。腹直筋はやや緊張、便は柔らかいが出にくい。食欲はありませんが、無理をして食べている状態でした。

清暑益気湯を処方し服用開始したところ、1 週間後には食欲も出てきて、2 週間後には、ほぼ倦怠感などの症状は消失しました。

臨床報告例

臨床報告では、夏の暑い環境下で業務に従事するゴルフ場のキャデイ 5 例、および工事現場作業員 5 例の計 10 例を対象に、清暑益気湯の熱中症予防効果を検討した報告がありま

す。

服用 30 分後には、男性 5 例において 0.5~0.8 度、平均して 0.56 度の体温低下を認めました。また、清暑益気湯の服薬前、服薬後を比較し、「服薬後調子はよくなりましたか」および「本剤が熱中症の予防に役立つと思いますか」との質問には、10 例全員が「はい」と答え、清暑益気湯は高温化での倦怠感を改善し、体温の上昇を予防する効果があると考えられます。

清暑益気湯という名前ですが、「清」は清める、冷やす、「暑」は暑気払いという言葉もあるように、夏の暑さの発病誘因、暑邪を指します。「益気」は生命活動の源である「気」の不足を「益す」という意味です。つまり清暑益気湯という方剤名は、暑邪を冷やし、気を益して体力を回復させる効能を示しています。

同じ補剤である補中益気湯や十全大補湯が慢性的な体力低下状態に用いるのに対し、清暑益気湯はその名前が表すとおり、日本の夏の環境、高温多湿という環境変化における身体の不適応状態に用いる漢方薬です。私たちは、それぞれの病態に対応した漢方薬を選択することが大切といえるでしょう。