



ハートふる LETTER



整形外科医・富澤英明が解説する 漢方シリーズ③

けいしかじゅつぶとう 「冬の痛み止め！桂枝加朮附湯」

冷え症の方の治療に困っていませんか？今回は、これからの寒い時期に必須な漢方薬【桂枝加朮附湯】（ツムラ18番顆粒）（クラシエ18番桂枝加朮附湯 細粒・錠剤あり）を紹介します。一言で言うと“温める痛み止め”。西洋薬では対応が難しい「冷えて痛い」に第一選択の処方です。

一般的な鎮痛剤としてはアセトアミノフェン（カロナール®）やNSAIDs（ロキソニン®やセレコックス®）は解熱鎮痛剤です。残念ながら「冷えて痛い」には効果がない印象です。それどころか、よけいに冷えて痛みが強くなる方もおられます。特にNSAIDs（＝非ステロイド性抗炎症薬）は強力な抗炎症作用を持ちますが、そもそも炎症は治癒反応の一部です。NSAIDsを初期に使うことで、治るものも治らない事態を引き起こしかねません。冷え症の方には胃潰瘍の弱い方も多いので、NSAIDsの副作用である消化管潰瘍には特に注意しなくてはなりません。

シップにもNSAIDsが含まれている点も留意しましょう。ロキソニン®は飲めないけどシップなら大丈夫だからと処方されがちですが、そもそも外用薬であっても、冷え症の方にはNSAIDsは合わないと考えます。貼っている時は麻痺した感じになって、なんとなく効いているけど、結局痛みが取れないことが多い印象です。

どうしても外用薬が欲しいとおっしゃる方には、冷えない塗り薬として、ゼスタッククリーム®（昔のモビラート）をオススメしています。個人的には、かなり評判が良い外用薬だと思います。

ヘパリン類似物質の外用薬（ヒルドイド®など）はいかがでしょうか。実は適応病名に“外傷(打撲・捻挫・挫傷)後の腫脹・血腫・腱鞘炎・筋肉痛・関節炎,筋性斜頸(乳児期)”など整形外科病名も含まれています。残念ながら西洋医学は「冷え痛み」には無力なのが現実です。

さて、ここで使って欲しい漢方が【桂枝加朮附湯】です。この薬の特徴を挙げてみます。

～メリット①～ 附子の威力！＝血流を回させる生薬復

漢方薬の処方の一つ一つは、複数の生薬が組み合わせられて成り立っています。ツムラの桂枝加朮附湯は、7つ（桂枝・芍薬・蒼朮・大棗・生姜・甘草・附子）の生薬を含みますが、最も肝心な生薬は附子（ブシ）になります。

漢方の世界には、痛み止めの効果が強い2大生薬【麻黄】と【附子】があります。大まかに言うとこの二つの生薬は真逆の病態に働きます。麻黄は急性期の炎症性の疼痛に、附子は慢性期の阻血性の疼痛に使用されます。風邪で使われる葛根湯には、麻黄が含まれており、急性期の熱っぽさを伴う肩こり、頸部の筋痛に効果があります。附子はその逆で、血行が悪くなって、冷えて、固くなった組織の痛みには効果があります。

万年冬になると腰痛が出てくる方、膝がこわばって痛みが出てくる方など、冷えと関連した痛みには、まず試してみましょう。特に指先、冬に冷えてこわばるヘバーデン結節の痛みなどは、効果を感じやすいと思います。

～メリット②～ コンプライアンスが良い＝胃に優しい！錠剤もある！

この薬には、誰にでも処方可能で、副作用を心配することがありません。胃腸を整える生薬が含まれているためか、胃腸が弱い方に使ってOK。前述のように、胃が悪くなるからNSAIDsを飲めない方がおられますが、そういう方にこそ使っていただきたいと思います。

粉がダメとおっしゃる方には、クラシエの錠剤もあるので便利です。実は、ツムラとクラシエでは含まれている生薬が1つ違って、名前も一文字違いますが、痛みに対する効能はほぼ同じと考えて差し支えありません。

～メリット③～ 古傷の痛みや拘縮に効く！＝リハビリにも使える

昔のケガをして変形が残ってしまった場所は、不良肉芽ができて血行が悪くなっていることも多いので、附子の力で、血行改善させて痛みを緩和することができます。痛みどころか、拘縮自体が取れることもあることにびっくりします。

例えば橈骨遠位端骨折のギプス固定後、手関節が固くなってしまった時などには、リハビリの通院をしてもらいながら、桂枝加朮附湯を処方しておく、可動域の回復をしっかりと後押ししてもらえます。

たまに数年前の骨折の後、拘縮したままの関節が動き始めるなんて、嬉しいことも起こります。

82F 指が動かない
他院での
「橈骨遠位端骨折」手術後
手指の拘縮 あり

術後 1ヶ月
リハビリ 紹介を受けた

昔から冷え症・胃が弱い
(痛み止めは飲めない)

リハビリ継続するが
改善なし…

↑
掌屈・背屈不能




82F 指が動かない

術後 5ヶ月 (12月)
季節的に冷えて、悪化したため
→ **桂枝加朮附湯18**
を処方

「飲んだら温まった」
みるみる改善
グーパー普通に
できるようになった

術後 7ヶ月



～注意点！～

漢方薬の用語でいう虚証＝体の弱い人向けの薬になります。

冷えていない人や、子供や元気な人には無効で、逆に舌がピリピリするなど刺激が出てくるので、暖かくなってきたら、やめましょうとお伝えください。

＜附子：おまけの雑学＞

・こむら返りに芍薬甘草湯がよく使われていますが、冬場に冷えて足が攣り始めた人には、芍薬甘草湯に附子を追加してあげるとよく効きます。「芍薬甘草附子湯」という製剤もあるので、便利に使ってください。

・附子は、トリカブトの毒性を抜いたものです。昔は劇薬扱いでしたが現代では毒性を完全に抜いたものが使用されています。この説明をすると「それは効きそうだ!」と想像していただけの方と「怖いから嫌だ」とおっしゃる方がおられるので、わざわざお伝えするか悩むところです。

・狂言『附子(ぶす)』にも出てきます。あらすじ：主人が毒薬の附子だといったものが黒砂糖であることを知った太郎冠者と次郎冠者は、これを全部なめた揚句、主人の大事な品物をわざとこわし、相撲でこわしたため自殺しようとして附子をなめたと言訳する。

・悪口のブス：現代では、「見目が醜悪」という意味で使われますがもともとの意味は「無表情」だったそうです。附子の毒性で神経が麻痺して無表情になる様からとのこと。



運動器の漢方の使い方マニュアルです。拙著となりますがご参考ください。

整形外科	月	火	水	木	金	土
午前	富澤	富澤	/	米澤	/	富澤(第1~3) 米澤(第4のみ)
午後	富澤	米澤	/	米澤	富澤	—



整形外科/富澤 英明

医療法人 森と海 東京
東京蒲田病院
 〒144-0051 大田区西蒲田7-10-1

- ・緊急や外来受診・予約▶
【患者連携室】03-6892-2834
- ・レスパイト・転院相談▶
【患者支援室】03-6892-2812
- ・時間外・夜間▶
【病院代表】03-3733-0525



最寄り駅

- ・JR蒲田駅 徒歩6分
- ・東急蒲田駅 徒歩6分
- ・蓮沼駅 徒歩4分

最寄りのバス停
 蒲田西口 東急バス
 バス停『大田都税事務所』下車1分