

令和3年度 店舗販売業者講習会

# OTCとしての漢方薬 選択ポイント

江東中医薬学院 院長  
(社) 日本漢方連盟 理事  
松江一彦



# 講師紹介

## 【略歴】

東京薬科大学薬学部卒業  
北京中医学院（公費留学）  
北京・中日友好医院（研修）



## 【主な役職】

江東区・亀戸 松江堂薬局  
江東中医薬学院（オンライン講座）  
一般社団法人 日本漢方連盟 理事  
漢方和漢薬調査研究審議会 評議委員



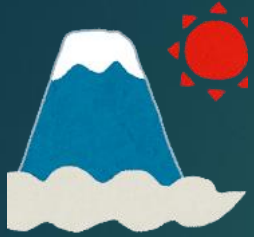
## 【著書】

男の養生訓（学研新書） 現代中薬学解説



# 漢方と中医学





# 漢～明⇒日本

傷寒雑病論（漢）⇒古方派

太平惠民和劑局方（宋）⇒

朱丹溪・李東垣（元）⇒李朱医学⇒後世方派



漢方 ⇔ 蘭方



# 漢～清⇒中国

日本では清代以降の中国からの医学が入ってこなかった

銀翹散      天王補心丹

杞菊地黄丸      牛黄清心丸



中医学（中国伝統医学）

⇔ 西医（西洋医学）



# 漢方薬選択のポイント



# 葛根湯 《傷寒論》

6

温性

風寒表証 表証 = 悪寒と発熱を同時に感じる

寒邪⇒発熱より悪寒を感じる

翻訳

体力中等度以上のものの次の諸症：  
感冒の初期（汗をかいていないもの）、  
鼻かぜ、鼻炎、頭痛、肩こり、  
筋肉痛、手や肩の痛み



銀翹散

《温病条弁》

7

涼性

風熱表証

表証 = 悪寒と発熱を同時に感じる

熱邪⇒悪寒より発熱を感じる

翻訳

情報漏れ

かぜによるのどの痛み・  
口（のど）の渇き・せき・頭痛



漢方薬は 症状ではなく証で選ぶ



# I 尿のトラブル





# I 尿のトラブル

排尿に時間がかかる 頻尿

八味地黄丸 牛車腎気丸

知柏地黄丸

排尿痛 残尿感

猪苓湯

清心蓮子飲



# 蓄尿・排尿の中医学的メカニズム

腎 ⇒ ⇒ ⇒ 膀胱 (蓄尿・排尿)

腎  
氣

腎氣の固摂作用

腎氣の推动作用



腎氣の温煦作用



腎陽虚

八味地黄丸 (温性)

牛車腎気丸 (温性)



# 八味地黄丸（金匱腎氣丸） 《金匱要略》

11

## 【効能・効果】

体力中等度以下で、疲れやすくて、四肢が冷えやすく、尿量減少又は多尿で、ときに口渇があるものの次の諸症：下肢痛、腰痛、しびれ、高齢者のかすみ目、かゆみ、排尿困難、残尿感、夜間尿、頻尿、むくみ、高血圧に伴う随伴症状の改善（肩こり、頭重、耳鳴り）、軽い尿漏れ



泌尿器科  
整形外科  
眼科



# 八味地黄丸（金匱腎氣丸） 《金匱要略》

12

## 【効能・効果】

体力中等度、温煦・固摂・推動、れやすくて、四肢が冷えやす  
く、尿量減少又は多尿で、腎は腰の府、口渇があるも  
症：下肢痛、腰痛、しびれ、高齢者の  
かすみ目、かゆみ、排尿困難、残尿感、夜間尿、  
頻尿、むくみ、高血圧に伴う随伴症状の改善（肩  
こり、頭重、耳鳴り）、軽い尿漏れ

腎陽虚（腰）

温煦・固摂・推動

腎は腰の府

腎⇒肝⇒目（五行学説）

腎陽虚



泌尿器科  
整形外科  
眼科



# 牛車腎気丸（濟生腎気丸） 《濟生方》

13

## 〔効能・効果〕

腎陽虚

体力中等度以下で、疲れやすくて、四肢が冷えやすく尿量減少し、むくみがあり、ときに口渴があるものの次の諸症：下肢痛、腰痛、しびれ、高齢者のかすみ目、かゆみ、**排尿困難、頻尿**、むくみ、高血圧に伴う随伴症状の改善（肩こり、頭重、耳鳴り）

八味地黄丸 + 牛膝・車前子

活血

利水



# 知柏地黄丸 《医宗金鑑》

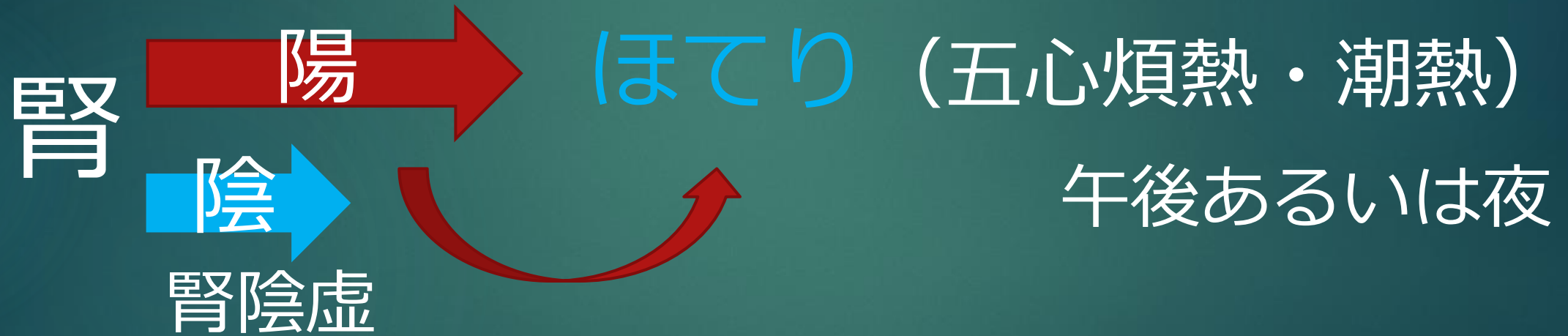


地黄

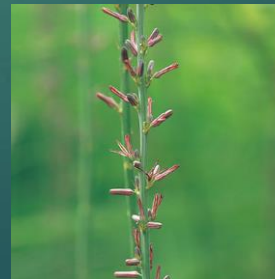
14

## 〔効能・効果〕

体力中等度以下で、疲れやすく胃腸障害がなく、口渴があるものの次の諸症：**顔や四肢のほてり**、**排尿困難**、**頻尿**、むくみ



八味地黄丸 - 桂皮・附子 (熱)  
+ 知母・黄柏 (寒)



# 猪苓湯 《傷寒論》

15

[効能・効果]

体力に関わらず使用でき、排尿異常があり、  
ときに口が渇くものの次の諸症：**排尿困難、  
排尿痛、残尿感、頻尿、むくみ**



膀胱湿熱



# 猪苓湯 《傷寒論》のメカニズム





# 清心蓮子飲

17

## 〔効能・効果〕

全身倦怠感があり、口や舌が乾き、尿が出しづ  
るものの次の諸症。残尿感、頻尿、排尿痛。



心火上炎⇒小腸実熱

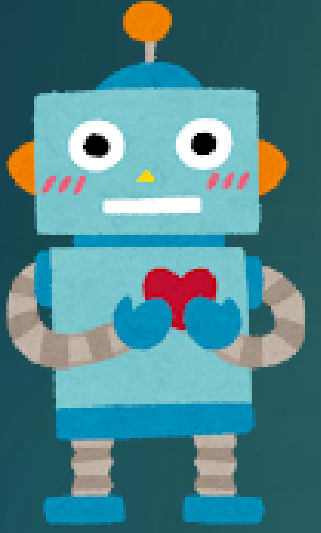


# 清心蓮子飲

# 《和剤局方》

蓮子肉 黄芩 地骨皮  
(清熱)

## 心火上炎



## 小腸実熱



心煩 不眠 多夢  
口渴 口や舌に口内炎  
(舌は心の苗)

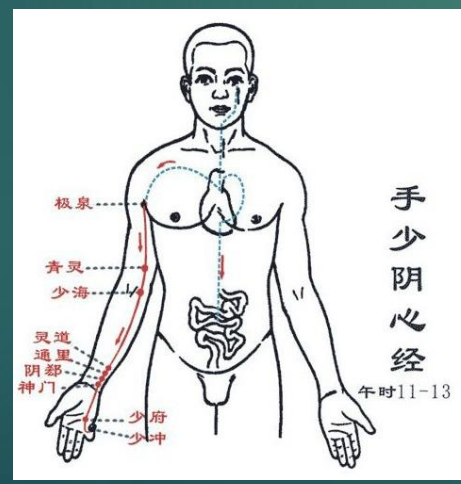


泌別清濁

## 膀胱

車前子 茯苓 (利尿)

尿しぶり 尿の色が濃い  
排尿痛



# Ⅱ 女性の不調



## Ⅱ 女性の不調

20

冷え性 当帰四逆加呉茱萸生姜湯

温経湯

生理痛 当帰芍薬散

桂枝茯苓丸

加味逍遥散



# 冷え性

21

## 部位

①手足の末梢（手足の先が冷えてくる）

寒邪⇒末梢の血管が収縮 **散寒**

緊張⇒末梢の血管が収縮 **行気**

自律神経の中の交感神経が活性化し、  
血管が収縮緊張（気滞）

血が不足⇒末梢まで血液が行き渡らない **補血**

②お尻、内股、お腹（ヘソあたり）が冷える

腎が温まっていない（腎陽虚証） **温陽**⇒八味地黄丸



# 当帰四逆加呉茱萸生姜湯

手足の先の冷え

22

[効能・効果]

寒邪 + 血不足

体力中等度以下で、手足の冷えを感じ、下肢の冷えが強く、下肢又は下腹部が痛くなりやすいものの次の諸症：冷え症、しもやけ、頭痛、下腹部痛、腰痛、下痢、月経痛

翻訳

血虚寒滞・血脈不通

栄ざれば則ち痛む

寒邪

血液不足な血管



# 温経湯 《金匱要略》

体力中等度以下で、手足がほてり、唇がかわくものの次の諸症：月経不順、月経困難、こしけ（おりもの）、更年期障害、不眠、神経症、湿疹・皮膚炎、足腰の冷え、しもやけ、手あれ（手の湿疹・皮膚炎）

## 子宮の冷え



衝任脈

人参・甘草・生姜・半夏

芍薬・阿膠・麦門冬

①血液不足

補



(麦門冬・牡丹皮)

呉茱萸・桂枝

②寒

温



④熱 涼

③瘀血

牡丹皮・川芎・当帰

消



# 生理痛

## 時期

- ①生理前から脇腹や胸が脹ってくる **気滞**  
ゲップやガスが出る  
イライラする、落ち込むなど（気分の変調）
- ②生理中に痛い **血瘀**  
1日、2日目痛い  
経血はどす黒く塊がでる
- ③生理後に痛い **血虚**  
シクシク痛む。

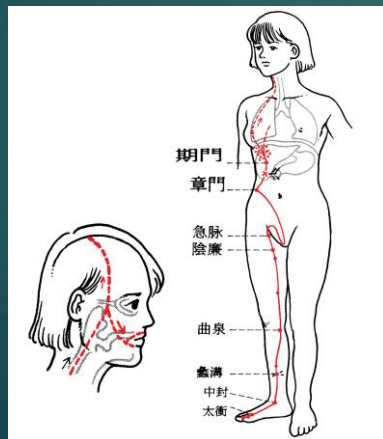




# A 加味逍遥散の添付文書

体力中等度以下で、のぼせ感があり、肩がこり、疲れやすく、精神不安やいらだちなどの精神神経症状、ときに便秘の傾向のあるものの次の諸症：冷え症、虚弱体質、月経不順、月経困難、更年期障害、血の道症、不眠症

肝鬱気滞



行気



# A 加味逍遥散の添付文書

気滞⇒化火

気滞

気滞便秘

肝鬱気滞

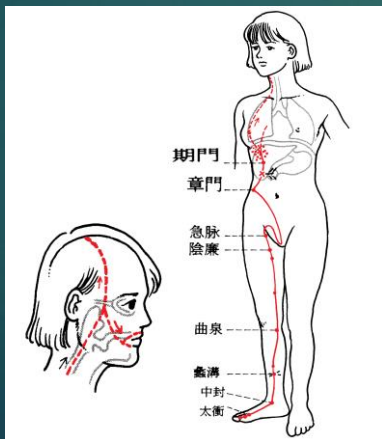
気滞による

中等度以下で、のぼせ感があり、肩がこり、疲労感、精神不安やいらだちなどの精神神経症状、ときに便秘の傾向のあるものの次の諸症：冷え症、虚弱体質、月経不順、月経困難、更年期障害、血の道症、不眠症

肝鬱気滞

周期が早くなったり遅くなったり（月経無定期）

PMS 生理前から 胸や下腹部が張る  
イライラ 生理痛



行気



## B 桂枝茯苓丸の添付文書

比較的体力があり、ときに下腹部痛、肩こり、頭重、めまい、のぼせて足冷えなどを訴えるものの次の諸症：月経不順、月経異常、月経痛、更年期障害、血の道症、肩こり、めまい、頭重、打ち身（打撲症）、しもやけ、しみ、湿疹・皮膚炎、にきび

# 活血

血瘀

くすみ・しこり・痛み（刺痛）

経血 どす黒く血塊あり

《金匱要略》 婦人妊娠病  
血瘀胞宮・下腹腫瘍



# B 桂枝茯苓丸の添付文書

比較的体力があ **血瘀** ときに下腹部痛、肩こり、頭重、めまい、のぼせて足冷えなどを訴えるものの次の諸症：月経不順、月経異常、月経痛、**血瘀**（通じざれば則ち痛む）道症、肩こり、めまい、頭重、打ち身（打撲症）、しもやけ、しみ、湿疹・皮膚炎、にきび **血瘀**

## 活血

**血瘀**  
くすみ・しこり・痛み（刺痛）  
経血 どす黒く血塊あり

《金匱要略》 婦人妊娠病  
血瘀胞宮・下腹腫瘍



## C 当帰芍薬散の添付文書

体力虚弱で、冷え症で貧血の傾向があり疲労しやすく、ときに下腹部痛、頭重、めまい、肩こり、耳鳴り、動悸などを訴えるものの次の諸症：月経不順、月経異常、月経痛、更年期障害、産前産後あるいは流産による障害（貧血、疲労倦怠、めまい、むくみ）、めまい・立ちくらみ、頭重、肩こり、腰痛、足腰の冷え症、しもやけ、むくみ、しみ、耳鳴り

血不足（血虚）  
顔色淡白or萎黄  
口唇・舌・眼球結膜・爪が淡白  
一黄五白

《金匱要略》婦人妊娠病  
血虚腹痛・脾虚湿滞

補血 

# C 当帰芍薬散の添付文書

体力虚弱で、冷え、隠痛貧血の傾向が、血不足 労しやすく、ときに下腹部痛、頭重、めまい、血不足 肩こり、耳鳴り、動悸など、隠痛訴えるものの次の諸症：月経不順、月経異常、月経痛、更年期障害、産前産後あるいは流産による障害（貧血、疲労倦怠、めまい、むくみ）、めまい・立ちくらみ、頭重、肩こり、腰痛、足腰の冷え症、しもやけ、血不足 むくみ、水湿 しみ、血不足 耳鳴り

血不足（血虚）  
 顔色淡白or萎黄  
 口唇・舌・眼球結膜・爪が淡白  
 一黄五白

《金匱要略》 婦人妊娠病  
 血虚腹痛・脾虚湿滞

**補血**



# Ⅲ 胃腸のトラブル



# Ⅲ 胃腸のトラブル



下痢・便秘



蠕動運動 (消化吸収)

気・血・津液





# 六君子湯

## 〔効能・効果〕

体力中等度以下で、**胃腸が弱く**、食欲がなく、みぞおちがつかえ、疲れやすく、貧血性で手足が冷えやすいものの次の諸症：胃炎、胃腸虚弱、胃下垂、消化不良、食欲不振、胃痛、嘔吐

翻訳

脾胃虚弱証

消化・吸収

⇒食欲不振 食後の腹部脹満感  
泥状便 胃痛 嘔吐

気・血・津液

⇒倦怠感 貧血



# 補中益気湯 《脾胃論》

## [効能・効果]

体力虚弱で、元気がなく、**胃腸のはたらきが衰えて**、  
疲れやすいものの次の諸症：虚弱体質、疲労倦怠、病  
後・術後の衰弱、食欲不振、**ねあせ**、**感冒**

脾胃虚弱 食欲不振 疲労倦怠

病後・術後 気が消耗⇒衰弱

ねあせ、感冒 = 気虚発熱 = **疲労すると微熱がでる**

閉門留寇 = 感冒には一般的に使わない

処方全体で温性⇒熱がり、ほてりのある人には合わない



## 脾胃虚弱

四君子湯 (人參・白朮・茯苓・甘草)

消化管内に溜まりつつある水を  
抜く

+ 半夏・陳皮

(+ 生姜・大棗)

= 六君子湯

+ 黄耆 - 茯苓

+ 柴胡・升麻 ↑ (胃下垂)

+ 当歸・陳皮・生姜・大棗

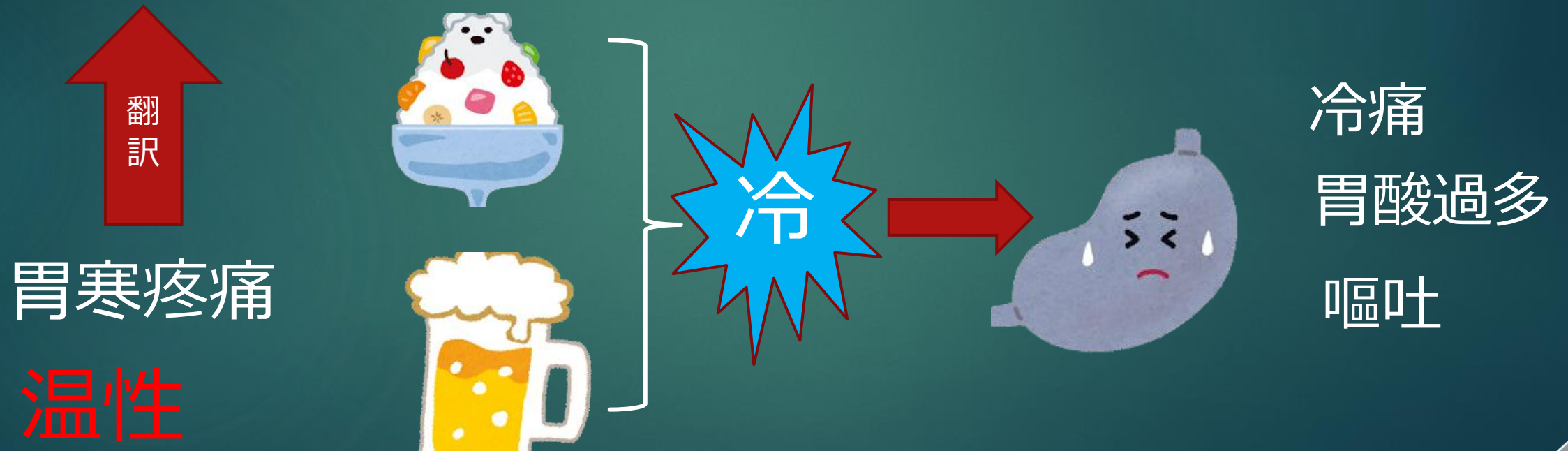
= 補中益氣湯



# 安中散 《和剤局方》

36

体力中等度以下で、腹部は力がなくて、胃痛又は腹痛があつて、ときに胸やけや、げっぷ、胃もたれ、食欲不振、はきけ、嘔吐などを伴うものの次の諸症：神経性胃炎、慢性胃炎、胃腸虚弱



# 麻子仁丸 《傷寒論》

37

## [効能・効果]

体力中等度以下で、ときに**便が硬く塊状なもの**の  
次の諸症：**便秘**、便秘に伴う頭重・のぼせ・湿  
疹・皮膚炎・ふきでもの（にきび）・食欲不振  
（食欲減退）・腹部膨満・腸内異常醗酵・痔など  
の症状の緩和

麻子仁・杏仁・芍薬・蜂蜜

**便が硬く塊状** ⇒ 腸燥便秘



大黄・厚朴・枳実  
(大承気湯 - 芒硝)

飲酒 辛い 油っぽい物の過食  
熱性疾患の後期 陽盛体質

気虚便秘 ⇒ 補中益気湯 = 胃腸の働きが衰えて



# 終わりに・・・

38

漢方薬は第2類、3類に分類されておりネットで手軽に入手できるようになった。

しかし、実際には消費者は自身が服用すべき漢方薬を選べる知識はなく合わない漢方薬を購入し効果がないばかりか思わぬ副作用がでてしまう場合もあるであろう。

漢方薬も店舗において説明を受けて購入するのが望ましいと思うが、実際には説明をする側も漢方薬に対しての理解が浅く戸惑う場合が多いのではないだろうか？

メーカーの説明を受けたり添付文書を読んでも、漢方薬を理解する上でのコツをしらないとなかなか理解ができない。

今回の講演では店舗でよく売れるであろう「尿」「女性の不調」「胃腸」について販売する上でのポイントを紹介した。

ご清聴ありがとうございました

