

# 加味帰脾湯を用いた症例より不眠を考察する

医療法人社団福笑会 富士ニコニコクリニック (山梨県) 渡邊 善一郎

不眠は、実証では心陽旺盛で入眠障害を認める、虚証では心の気血不養で疲れているが眠れない・浅眠・中途・早朝覚醒を認める、と分類される。さらに虚証の不眠は、心脾両虚、肝血不足、脾肝両虚(気血両虚)、心陰血虚、心胆気虚、陰虛陽亢(心腎不交)、陽虚上浮(上熱下寒)に分類される。帰脾湯・加味帰脾湯は『心脾両虚』に用いられる処方である。

本稿では、不眠を主訴に受診した患者に加味帰脾湯を用いることで症状が改善した2症例から、睡眠と帰脾湯・加味帰脾湯について考察した。

**Keywords** 加味帰脾湯、不眠症、気血両虚、心脾両虚

## はじめに

コロナ禍で日常生活が一変した社会において、不眠の患者も増加した。人は一日を夜昼(陰陽)として、睡眠・覚醒を繰り返して生きている。漢方医学での不眠は夜間に陰虚陽実の病態で、陽気が相対的に亢進していると考えている。治法は、不足(虚)している陰分(血・津液)を補充し、亢進(実)している陽分(気)を抑制し、心気を鎮静化(安神)させる。今回は加味帰脾湯を通して、睡眠を解説する。

## 症例提示

### 症例1 63歳 男性 主訴：不眠・不安・やる気低下

【現病歴】 6ヵ月前に住宅トラブルから上記症状が出現し、2ヵ月前に問題は解決したが症状が続いているため受診。

【現 症】 21：00就寝で睡眠は23：00～4：00、夢はないが浅眠で熟睡感がない、頭がスッキリしない。不安が強くと時々イライラする・やる気低下・尿量が少なくなり・軟便になった。

【漢方医学的所見】 中肉中背。脈沈軟弱で寸関按弱・舌候は淡白で力なし・腹診：触診で腹壁を緊張させ、心下部は軟痞で、圧迫にて呼吸吸気ともに苦(気の昇降出入不利)・胃部右脇下に圧痛を認めた。また、脳疲労による頭皮硬結(コリ)も認めた。弁証は思慮過多にて脾気損傷より心気が犯された心脾両虚の不眠・不安に、肝鬱による熱のイライラ症状が伴ったと考え、治法は加味帰脾湯7.5g/日(分3)を主に、緊張時の気鬱イライラ時には抑肝散加陳皮半夏2.5g/1回(1日3回分)を追加した。経過は2週間後の診察では症状は軽減し、脈診・腹診も正常になり、睡眠も可能となった。

### 症例2 74歳 女性 主訴：舌痛症・不眠症

【既往歴】 2年前に腰痛手術・不眠は2年前から他院でゾルピデムを服用中。

【現病歴】 8ヵ月前に大学生になった孫が家を出た・愛犬の死が重なった頃より、舌尖ビリビリ痛が出現。他院での亜鉛製剤・口腔軟膏などの治療では効果がないので受診。

【身体所見】 やや痩せ型・脈弦滑左尺弱、舌尖部絳紅・瘀点・歯痕少々・腹左脇下心下圧痛を認め、肝鬱・心火上炎と弁証し、四逆散7.5g/日(分3)と黄連解毒湯6cap/日(分3)を処方した。

経過は、7日目には舌痛は半分以下になったが97日目にも認めたため、攻剤から補剤の加味帰脾湯7.5g/日(分3)に変更した。変更時の舌尖紅なし・脈軟・腹圧痛は消失していた。変更後に瞑眩と思われる皮膚痒疹を3日間認めたが、痒疹消退とともに舌痛も消失した。ストレス時(夫の介護)に軽度の舌シビレを認めるも、舌痛はない。変更後は睡眠も良好になり、眠剤不要の日も認めるようになった。

## 考 察

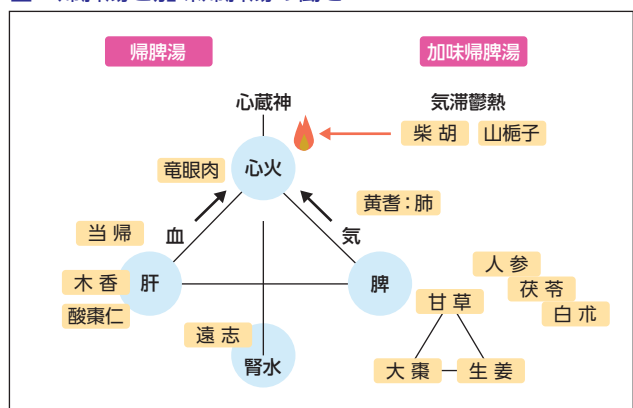
帰脾湯の「脾」は消化機能を意味し、弱った胃腸を元に帰す働きからとされている。一方、「帰」を補血薬の当帰とする説では血を重視した胃腸の方剤となるが、出典とされている『済生方』には当帰・遠志(2味)がない。2味がある帰脾湯は『薛氏医案』「治思慮傷脾、不能摂血、致血妄行、或健忘怔忡驚悸…」であり、和訳は「過度の思慮にて胃腸が傷つき(現在のストレス性胃腸障害)、それによる出血・健忘・動悸・寝汗・胸痛腹痛・疲れやすく・食欲不振・便秘不調・身体が重く痛み・生理不順・悪寒発熱と伴う下痢を

治す」となる。内科摘要に「加味帰脾湯ハ即チ、前方(帰脾湯)ニ柴胡、山梔子ヲ加エル」<sup>1)</sup>とある。しかし、『薛氏医案』には柴胡山梔子、山梔子牡丹皮、柴胡山梔子牡丹皮の3種の加味方があり、現代の漢方エキス剤加味帰脾湯は古典医学書からの由来で『衆方規矩』3味加方と『内科摘要』を支持する『勿誤薬室方函口訣』2味加方である<sup>2)</sup>。

クラシエ(2味)加味帰脾湯の効能効果は虚弱体質で血色の悪い人で、貧血・不眠症・精神不安・神経症で、原典での「思慮過度」「損血・血妄行(血症状)」を重視している。漢方医学書での(加味)帰脾湯は参耆剤で、胃腸虚弱、食欲低下・無気力疲労感・血色悪く・動悸・心配過剰で不眠(浅眠多夢・悶々し頻回な中途覚醒・日中嗜眠)・出血傾向・健忘・目眩などに用いている。帰脾湯の生薬構成は図に示すように、気血生成のために健脾益気(四君子湯(人参・白朮・茯苓・甘草+大棗・生姜)に養血の当帰補血湯(黄耆・当帰)を加え、養心安神の竜眼肉・遠志・酸棗仁・茯苓が配合され、さらに当帰・酸棗仁・竜眼肉は養血柔肝し、昇提作用がある黄耆・柴胡・木香(理気薬)と脾の昇清作用で気血を心臓まで運び養う。また、遠志は心腎交通を助け、定志寧心に働き、木香は行気止痛・理気醒脾に働き、脾胃健運を補助する<sup>3)</sup>。帰脾湯は脾虚による気血生成不足により、心が安神できないため不眠になる者を治し、さらに気滞鬱熱に用いる柴胡・山梔子(一部牡丹皮)を加えたものが加味帰脾湯である。よって、帰脾湯は益気補血・健脾養心に働くので、舌淡微白苔・脈沈細弱であり、加味帰脾湯はさらに脾虚にて肝鬱化火(木乗土)を生じるので、舌淡紅薄白苔・脈沈細数となる。

以下、図にまとめる。

図 帰脾湯と加味帰脾湯の働き



不眠は心との関わりが深い。心は火臓で神を蔵し精神活動や血脈を司り全身に気血を運搬し、脈は神を舎(やど)す。君主である心は他臓から支持され、脾は気血生成、肝は蔵血疏泄、水臓の腎は心火調整に働いている。

不眠の分類は、A.実証では心陽旺盛で入眠障害を認め、①心火上炎・②肝鬱化火・③胃気不和(食滯湿熱)・④痰熱内擾、B.虚証では心の気血不養で疲れているが眠れない・浅眠・中途・早朝覚醒を認め、①心脾両虚・②肝血不足・③脾肝両虚(気血両虚)・④心陰血虚・⑤心胆気虚・⑥陰虛陽亢(心腎不交)・⑦陽虚上浮(上熱下寒)にされる。

以下、表にまとめる。

今回は不眠の加味帰脾湯を解説したが、「心血は脾を滋養し、脾気は心血を統攝する」ので、不眠・不安だけでなく、その他に円形脱毛症「髪毛は血の余り」や原因不明の出血「脾不統血」にも有効である。

表 不眠の分類

実証では心陽旺盛で入眠障害を認める		
①心火上炎	黄连解毒湯	五志過極で脳がヒートアップし、カッカして眠気感じない・舌尖紅黄苔・脈数・大熱・動悸・焦燥感・尿赤
②肝鬱化火	柴胡加竜骨牡蛎湯	七情失常でストレス蓄積、イライラ易怒してすぐ覚醒する・舌側紅・脈弦数・目赤・胸脇苦満、その軽症で情緒不定に加味逍遙散・神経興奮に抑肝散(加陳皮半夏)
③胃気不和(食滯湿熱)	半夏瀉心湯 抑肝散加陳皮半夏	過食でゲップ・胃もたれ・胃-心下から圧迫され寝付けられない、さらに食滯・気鬱が続く痰熱に変化した
④痰熱内擾	(竹筴)温胆湯	胸中悶々して眠れない・易驚・多夢・舌黄膩苔・脈滑数
虚証では心の気血不養で疲れているが眠れない・浅眠・中途・早朝覚醒を認める		
①心脾両虚	(加味)帰脾湯	既述
②肝血不足	酸棗仁湯	夜ふかし・虚勞で、視力低下・眼精疲労・動悸
③脾肝両虚(気血両虚)	人参養栄湯	食欲低下・顔色不良・疲労倦怠・眼精疲労・抑うつ感・意欲低下・咳嗽・息切れ
④心陰血虚	甘麦大棗湯	パニックで夜間飛び起きる・生あくび・右側脇下-臍横の拘攣(左側は柴胡剤を)
⑤心胆気虚	酸棗仁湯+甘麦大棗湯	ビクビク怯え少しの刺激でも覚醒し・多夢悪夢・早朝覚醒・思考決断力の低下・始動苦(胆気の昇発低下で動くまで辛く動き出せば動ける)・関前短脈
⑥陰虛陽亢(心腎不交)	六味丸+桂枝加竜骨牡蛎湯	五心煩熱・耳鳴・健忘・足腰酸軟・夢精・紅舌無苔・脈細数
⑦陽虚上浮(上熱下寒)	理中湯類・真武湯	上熱下寒・疲労倦怠感である。陽気を鼓舞し、心陽を養う。

これら養心安神薬を用いても効果を認めないときは行気剤(香蘇散)や駆瘀血剤(血府逐瘀湯)などで気血を巡らせる。

【参考文献】

- 1) 小山誠次: 古典に基づくエキス漢方方剤学. メディカルユーコン: 63-66, 1998.
- 2) 小山誠次: 帰脾湯及び加味帰脾湯の出典. 日東医誌 47: 469-475, 1996.
- 3) 渡邊善一郎: 生薬構成が類似した処方同士を比較する<13>安神篇. 中医臨床 40: 84-90, 2019.
- 4) 山田和男, 神庭重信: 実践漢方医学, 星和書店: 54-57, 1997
- 5) 谿 忠人: 病名症候と漢方薬便覧. 医療ジャーナル社: 56, 1989
- 6) 水嶋丈雄: 漢方治療の診断と実践: 三話書籍 281-284, 2012
- 7) 菅沼胡栄: 漢方エキス剤の臨床応用. 中医臨床 11: 14-21, 1990.
- 8) 姜 徳友, 王 俊霞: 歴代医家の不寝の認識と治療. 中医臨床 35: 20-25, 2014.