

わたらの 健康とくすり

第165号



今月の内容

- 妊娠、妊婦と漢方
- 高山病について
- 逆流性食道炎について

ノウゼンカズラ（ノウゼンカズラ科）

中国原産のつる性の木で、他の木や塀をよじ登って生長します。葉は冬には落葉します。花は7月から9月まで次々と咲き、ラッパ型で直径6センチほどあり、橙赤色で美しいです。花を干したものを中国では月経困難や痒みに使います。樹液でかぶれることがあるので皮膚に付けないようにしましょう。

写真・文 指田 豊

発行者 八王子薬剤センター

2009年9月発行

東京都八王子市館町1097 電話042-666-0931

協力 八王子薬剤師会

茂木 徹



疾患シリーズ

妊娠、妊婦と漢方

異常妊娠における漢方治療

妊娠中に行う漢方治療はより安全性を考慮し、長期にわたる治療は避けるべきである。症状が軽減した時点で中止するのが望ましい。

1) 切迫流産・早産：症状として性器出血と下腹部痛のいずれか、あるいは両者を伴う場合であるが、子宮筋の緊張と下腹部痛には**当归芍薬散**^{トウメイシャクヤクサン}や**芍薬甘草湯**^{シャクヤクカンソウトウ}を、性器出血のある場合には**芍帰膠艾湯**^{セキキョウカイトウ}などを投与する。

2) 妊娠高血圧、妊娠浮腫、蛋白尿：かつては妊娠中毒症と言われた病状であるが、病態により選択する漢方薬も異なるのは当然である。過度の利水を禁じており、胎児胎盤系に異常をきたす利尿剤の戒めと相似する。漢方治療では電解質バランスの変動を来さず、また血液濃縮を来さない利点がある。漢方薬を服用していると子癇などの誘発も低く、また後遺症の予防になる。**当归芍薬散**^{ゴレイサン}、**五苓散**^{サイレイトウ}、**柴苓湯**^{ボウイ}、**防己黄耆湯**^{オウギトウ}、**釣藤散**^{チョウトウサン}、**七物降下湯**^{シチモノクワトウ}などを投与する。

3) 胎位矯正：妊娠後期に、子宮筋の緊張が強く、膝肘位を行っても胎位矯正できない場合には**当归芍薬散**を服用すると好転することがある。

妊娠合併症における漢方治療

1) 妊娠貧血：妊娠中は陰血証で、さらに脾胃虚や気虚が加わった病態である。妊娠中期の生理的水血症や貧血症は水滯や血虚と考える。鉄剤服用困難な症例に漢方薬が有効である。利水と補血を目的に**当归芍薬散**^{キヒトウ}、**帰脾湯**^{シモツウ}や**四物湯**^{ニンジントウ}を用い、脾胃虚には**人参湯**^{シクンシトウ}、**四君子湯**^{シヨウゼンタイホトウ}、**十全大補湯**^{ホチュウエツキトウ}、**補中益気湯**などを用いる。

2) 便秘：妊娠中の便秘は虚証の常習性便秘であり、**桂枝加芍薬湯**^{ケイシカシャクヤクトウ}、**桂枝加芍薬大黃湯**^{ケイシカシャクヤクダイオウトウ}や**小建中湯**^{ショウケンチュウトウ}を用いる。瀉下剤の大部分は慎用薬に属し、また大黃や芒硝などを含む漢方薬は子宮筋の緊張や骨盤内臓器の充血を起し、流・早産を誘発すると考えられる。

3) 膀胱症状：腎虚や脾胃虚を目標に、**当归芍薬散**^{チョレイトウ}、**猪苓湯**^{ゴリンサン}や**五淋散**を用いる。また、尿閉には水滯と補気のため**補中益気湯**、**五苓散**や**猪苓湯合四物湯**などを用いる。

4) 痔疾：妊娠中の痔疾は骨盤内うっ血状態であるお血による。しかし、妊娠中は駆お血剤を用いるべきではない。升降概念からみると痔疾は降証に属するので、升麻や当帰を含む**乙字湯**^{オツジトウ}や**補中益気湯**を用い、痔出血には**芍帰膠艾湯**^{サンオウシャシントウ}や**三黄瀉心湯**を用いる。

5) その他：産褥子宮復古不全に**桂枝茯苓丸**^{ケイシブクリョウガン}、乳汁分泌に**葛根湯**^{カクコントウ}、**マタニティブルー**^{マタニティブル}に**女神散**^{メコトサン}などが適す。なお薬剤の母乳への移行を考慮し、授乳後に服薬する。



ちょっとお耳を……

高山病について ～富士山に登るその前に～

日本一の高さを誇る富士山。近年登山者も増え、2008年には、登山シーズン全体で過去最高の登山者数24万7066人を記録したそうです。

富士山に登る際に知っておかないといけないことが高山病についてです。

＜高山病とは？＞

地球上にある全ての物質には重力がかかっています。空気中の酸素や窒素にも重力がかかっています。それが大気（空気）圧です。海拔0m地点の酸素はその上の空気の層に圧縮されて人間にとって快適な濃度となっています。高所では大気圧が下がり**空気が薄くなります**。高山病とは、大気中の酸素分圧の低下、言い換えると、1回の呼吸で**酸素の取り込みが平地より少なくなる**ことにより、人体に生じる様々な症状の総称（**低酸素症**）です。

＜高山病の症状＞

3000m前後から高山病の初期症状が出ることがあります。

- 頭痛（頭が重い、鈍痛、頭を振ると痛い）、めまい
 - 吐き気がある
 - 顔・手・足に「むくみ」ができる
 - 胸の圧迫感がある。脈拍が速くなる
 - 放屁（気圧の低下で膨満感が強くなり、腸管内にガスが溜まるため）
- 二日酔いの症状にも似ているので「**山酔い**」と呼ぶ人もいます。

＜高山病対策＞

☆高所順応をする☆

車で五合目に到着したら1時間くらいは五合目に留まり、**体を順応**させましょう。また意識的に**ゆっくりなペースで登り、休憩をとる**ことが大切です。

☆酸素を十分に取り入れる☆

登山用呼吸法：普通に息を吐ききってから、さらに口をとがらせてフーフーと吹くと、その分、大量に空気を吸い込むことができます。**意識的に深い呼吸**をするようにしましょう。

☆水分を多めにとる☆

富士山では水は高価です。また、トイレが有料なので水を控えめにする人がいます。しかし、高所では脱水症状になりやすく、体内の水分が不足すると人体にいろいろな悪影響がでてくるので、喉の渇く前に**水分補給**を心がけましょう。

高山病の症状は必ずしも出るものではありませんが、症状が出た場合は無理をしないでしばらく休憩し、それでも状況が改善されない場合は無理をしないで下山しましょう。



おくすりQ&A

逆流性食道炎について教えてください

Q. 逆流性食道炎について教えてください。

逆流性食道炎とは、胃液や胃の内容物が逆流し、食道の粘膜に炎症を起こす病気のことです。その原因として、食道と胃の境目で逆流を防止している下部食道括約筋かぶしよくどうかつやくや食道裂孔しよくどうれつこうの緩み、食道の蠕動運動ぜんどううんどうの悪さ、胃への圧力の上昇等が挙げられます。

主な症状は胸やけです。また、胃もたれ、胸痛、喉の違和感、咳が続く等の症状が生じることもあります。

Q. 治療法は？

治療法は、胃酸を抑えることにより症状を和らげる対処療法が主体となります。

○酸分泌抑制薬 プロトンポンプ阻害薬（商品名：オメプラール、タケプロン等）

H₂ブロッカー（商品名：アシノン、ガスター等）

○粘膜保護薬（商品名：セルベックス、ムコスタ等）

○酸中和薬（商品名：マルファ、マーロックス等）

○消化管運動改善薬（商品名：セレキノン等）

Q. 逆流を防ぐにはどうしたらいいですか？

①食べすぎや飲みすぎをしないようにし、胃酸分泌を増やす油っぽいものや甘いもの、香辛料のきいたものは避けるようにしましょう。

○胸やけを起こしやすい食べ物や飲み物

- ・てんぷら
- ・ケーキ、チョコレート、あんこ菓子
- ・柑橘類、トマト、パイナップル、たまねぎ、さつまいも
- ・とうがらし等の香辛料
- ・アルコール、タバコ

②お腹を圧迫するような要因は避けるようにしましょう。

○ベルトやコルセット等でお腹を締めつけない

○食後すぐに横にならない

○前かがみにならない

○重いものを持ち上げない

○便秘にならない

○肥満に注意



逆流性食道炎は再発しやすい病気です。自己判断で勝手に薬の服用を中止しないようにしましょう。また、生活習慣の改善をしていくことも非常に大切です。ストレスをためないようにし、適度な運動と腹八分目の食事を心がけましょう。

執筆薬剤師 古川ゆり子