

<もっと知りたい薬の話>

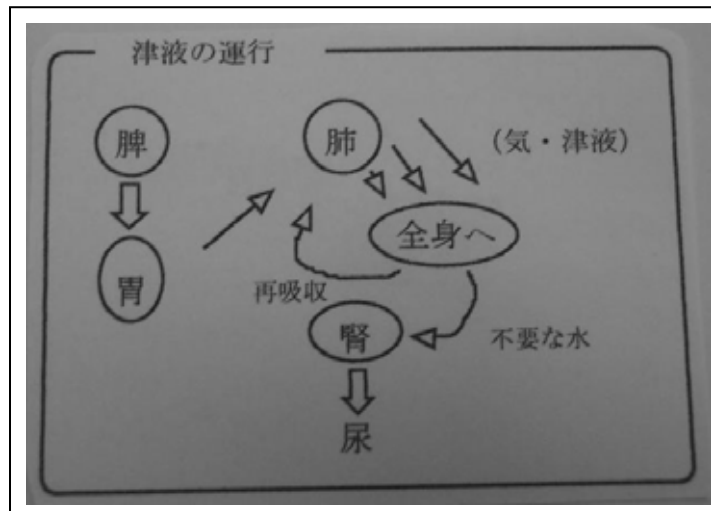
5 漢方のはなし 4 (津液(しんえき)の異常)

今月は「津液」について紹介したいと思います。みなさんは、日本漢方の「気・血・水」という言葉のほうが耳に慣れていると思いますが、津液とは中医学における水のことなので、働きはほとんど同じと考えてよいでしょう。

【津液とは・・・】

体内に存在する必要な水液を意味します。臓腑や体を潤し、汗や唾液などになって体の恒常性を保っています。

津液は飲食物から脾胃の気化作用によって作られ、必要によって血に転化します。従って脾胃が充実していないと、津液不足や血虚になります。



1. 津液不足証

原因

- ・脾胃が弱く、水を津液に変化できない。生成できない。
- ・体に熱を帯びている。

辛いものやお酒を好み、胃熱が生じている。

暑気あたり、溶鉱炉で働くなど、熱の環境にある人。

ダイエットのために利尿剤や下剤を使用している人は、体の必要な水（津液）まで出してしまうので津液不足になります。

また、便秘で慢性的にセンナ剤を飲んでいる人は、下剤をしていなくても陰虚の状態。乾燥しすぎて便が出なくなっているため、腸を潤す方剤を使用すると便が通るようになります。

2. 陰虚証

津液不足が進行すると、陰虚（津液・血・精）の不足になる。口渇が出てくるが、水を飲んでも治らない。（血も精も不足しているから）

症状

手、足、顔の熱感、のぼせ、皮膚・髪の毛・口内・舌の乾燥、腰、膝、足の無力感やだるさ、めまい、耳鳴り、聴力減退。

人の体は健康なときには陰陽のバランスが保たれています。陽とは体を温めるもの（気）、陰とは体を冷やすもの（津液・血・精）。そこへ熱邪のような熱を起こす病邪（びょうじゃ）が体に入ってくれば、もちろん体は熱を帯びます。逆に陰分が少なくなると、体を冷やせなくなり熱を帯びてきます。従って血や津液の不足は手足の火照りなどが出てきます。

本来、陰虚は体の必要分が足りていないので、だるさを伴うほてりが出ます。しかし、陰虚がどんどんすすみ、熱の勢いが増す（陰虚火旺）と、活動力も活発になるので、だるさを伴わなくなります。病理としては進行しているにもかかわらず、本人はだるくなく、眠くない。そしてある日突然バタッと死んでしまう。（過労死）

3．水湿証

津液が停滞し、水湿の邪に変化したもの。

症状

手足が重だるい、浮腫、尿量減少、めまい、頭痛、吐き気。

4．痰飲

水湿の邪が凝固し、体内に形成されたもの。

症状

喀痰、喘鳴、胸苦しい、手足が重だるい、めまい、嘔吐、しびれ痰核（ガングリオン）、精神意識障害。

* 高齢者と小児は一般に陰虚が多いと言われています。子供がじっとしてられないのも、老人の手足がほてってるのも、実は陰虚のためなのです。