

<もっと知りたい薬の話>

6 漢方シリーズ1 (花粉症)

花粉症は1年中あるといわれます。春先のスギ、今の季節はブタ草が代表的です。近頃は、スギ花粉の飛散量をニュースでもやっていますね、それを見るだけで目がかゆくなってきそうです。

花粉症は現代病とも文化病とも言われ、「文化人の証だ！」と諦めてはみたものの、こんなつらい症状は無いにこしたことはありません。

つらい症状をどうにかしたくてアレルギー治療薬や抗ヒスタミン剤などを内服している人は少なくありませんが、今ひとつ症状がすっきりしない、又は鼻水は楽になったけど眠気がひどくて仕事にならないなど、よく聞く話しです。

そこで今回は漢方で花粉症を考えてみたいと思います。

【漢方で花粉症をどう考えるか】

漢方ではあくまで症状が病気を考えるうえでの手掛かりになります。

例えば、寒がりや厚着をする、寒冷刺激でくしゃみや鼻水ができる人は背後に「寒証」という病態があると考えます。また、暑がり、手足がほてる、目が赤く充血、黄色い鼻汁、鼻に熱感がある人は「熱証」の病態があると考えます。あるいは疲労倦怠感が著しく、気力が失せている場合は気の不足つまり「気虚証」という病態になります。

このように特徴的な症候群の背後には「証」があり、様々な症状からこの「証」を推理するのが漢方診断にあたります。

風寒証 (くしゃみと鼻水タイプ)

頻繁に出るくしゃみ、多量の鼻水、鼻づまり、目のかゆみ、涙が出る、咳、透明～白色の薄い痰、喉がいがらっぽい、頭痛、寒気、微熱。

<ポイント>

- ・朝起きてからしばらく症状が激しい。
- ・寒いところや冷たい風で症状が誘因される。
- ・黄色や青色の鼻汁は出ない。鼻も痰も透明でサラサラ。

風寒陽虚証 (くしゃみ・鼻水と冷え性・疲れタイプ)

「風寒証」の症状の他に、背中にゾクゾクした寒気がある、脚・腰・手が冷える、厚着をして寒さを極端に避ける、疲労倦怠感が強く横になりたい。

<ポイント>

- ・冷え性で寒がり、寒冷刺激や疲労で鼻症状を誘発。
- ・スタミナが無くすぐに疲れる。

風熱証 (黄色い目ヤニと鼻汁タイプ)

鼻づまり、粘りけがあって黄色みを帯びた鼻汁、鼻息に熱感を感じる、鼻腔のまわりが赤く腫れて痛む、目の充血、灼熱感、かゆみ、光がまぶしい、涙が出る、粘っこく黄色い目ヤニ、顔が赤くほてる、喉が腫れて痛い、咳、黄色くて粘っこい痰。

<ポイント>

- ・目ヤニ、鼻汁、痰などが黄色く粘っこい。
- ・くしゃみ、鼻水は少なく、鼻づまりが強い。
- ・鼻や目に熱感。喉、目、顔が赤い。
- ・熱いところにいたり温風に当たると、症状が悪化する。

燥熱証（喉・口・鼻が乾燥タイプ）

鼻づまり、鼻・喉・口の中が乾燥してガサガサになる、唇が乾燥して割れる、鼻や喉が痛む、から咳をする、痰は出ても少量で黄色く粘っこい、暑がり、喉の渴きが強く冷たいものを欲しがる。

<ポイント>

- ・乾燥症状が強い。
- ・鼻づまりがあっても、くしゃみ、鼻水は少ない。
- ・空気の乾燥や暑さで症状が悪化する。

陰虚証（花粉による皮膚炎・肌がガサガサ乾燥・割れるタイプ）

患部の皮膚がガサガサに乾燥する、亀裂が生じる、かゆみが激しい、患部以外の皮膚もやや乾燥ぎみ、口の中や唇が乾燥、大便が乾燥して硬め。

<ポイント>

- ・患部の皮膚の乾燥が強い。ジクジクしない。
- ・空気の乾燥や暑さで皮膚症状が悪化。

参考文献：イラストでわかる漢方
ユリシス出版部 梁 哲宗