

かぜ症候群の初期治療

琉球大学大学院医学研究科分子病態感染症分野
日比谷健司

はじめに

感冒（かぜ症候群）は、体内の抵抗力が低下した宿主に外部から特定の病原体が感染することで引き起こされる上気道炎であり、それに伴う諸症状を含めた症候的概念である。その症状に基づき風寒型、風熱型、暑湿型に分類される。中国では、古来よりこうした疾患が知られており、漢の時代には張仲景により「傷寒論」という風寒証の治療書が書かれ、清の時代には「温病論」という風熱証の治療法が考案された。このような発展を経て、現在は風邪の初期治療から進行した風邪、さらに風邪を予防する体質改善まで幅広い治療体系が出来上がっている。その中で今回は風邪の初期治療（表証）と風邪の予防について概説した。

1.赤い風邪と青い風邪

漢方では風邪の初期は主に赤い風邪（風熱型）と青い風邪（風寒型）そして黄色い風邪（胃腸型）に分けて考えられてきた。赤い風邪は咽頭部の発赤腫脹・口渇、発熱があり寒気は認めない。この場合、炎症を抑え、熱を下げる治療法を用いる（辛涼解表、清肺透熱）。生薬は辛涼解表薬を主体として用いる。中成薬^{*)}であれば「天津感冒片」を「板藍根」と合わせて初期に服用すると比較的迅速性に効果が得られる。

青い風邪はぞくぞくとした寒気がする。冷えのため筋組織や血管が収縮し肩から首筋がこって関節に痛みを認めることが多い。この場合、体を温め発汗する治療法（発汗解表）を用いる。生薬としては辛温解表薬を主体に用いる。「葛根湯」を「生姜湯」と合わせて使うと汗が出て迅速性に治療効果が得られやすい。

黄色い風邪は消化器症状を伴う風邪であり、夏に引く風邪に多く認められる。倦怠感、食欲不振、胃腸症状（下利、嘔吐）、厚い舌苔を認めることが多い。治療は、前述の風寒あるいは風熱に対する治療に湿を取り除くことを加える。この場合、中成薬の「勝湿顆粒」や「申香正気散」が効果的である。

2. 西洋の風邪の見方

風邪は子供から大人まで、誰でも一度はかかったことがある疾患である。風邪はウイルス（80~90%）や細菌（マイコプラズマやクラミジア等）が鼻や口から侵入して上気道の粘膜上皮に付着することから始まる。上皮に侵入したウイルスは増殖して、寒気・発熱・くしゃみ・鼻水・咳嗽・頭痛などの生体反応が症状として生じる。風邪は誰もが平等に患うものではなく、宿主因子（免疫力）と病原体因子（病原性、感染量）に規定され発症する。若くて体力があれば、2日~4日で自然治癒を望めるが、「風者、百病之長也」《黄帝内経・素問・風論》と言わ

れるように初期治療を誤るとこじらせてしまう。特に小児や高齢者のように抵抗力が弱い宿主では、肺炎や中耳炎、副鼻腔炎などへの二次的な感染による合併症を引き起こす事もあるので注意を要する。風邪をこじらさないようにするためには、初期治療が最も重要である。

風邪の多くはウィルスが原因のため、抗生物質は効果的ではない。しかし、風邪に対し抗生物質が処方される場合は、原因が細菌性であることが疑われる場合や細菌感染による肺炎などの合併症を予防することを目的としている。抗生剤使用に関しては、標的とする起因菌を絞り、効果的な薬剤の選択が重要である。

3.風邪の予防

「風邪を引きやすい」というのはどういうことであろうか？西洋医学的には、栄養不良や慢性疾患、治療、感染等による体力(免疫力)の低下した人と言えるかもしれない。これに対し、中医学では個々の臓器そして臓腑間の関係でその人を捉えることから始める。例えば衛気**が不足して体表の防衛能力が低下した状態)の場合、体表から邪気が体内に入りやすく、風邪を引きやすくなる。この場合衛気を補うと共に、体表に運ぶ肺の機能を強めることで風邪を引きにくい体質に改善することが可能である。それには、肺と脾(小腸)の健康を保つため、適切な飲食を心がけ、喫煙、換気の悪い環境での労働、生活を避けることが重要である。もし腎虚(ここでは未病の状態)により生体全体に必要な気を補えない場合は、腎を補う食事、生薬の服用が必要である。簡単に言えば、黒いものや海藻類には腎を補う作用がある。では万人に聞く予防法、処方はないのかと問われたとしよう。確かに、気功(身体に気を取り入れ、気の巡りをよくし、過剰な気は排泄する)は心身の健康を保つため万人にとっての予防法となる。ハーブティーに関しては万人向けのものはないと筆者は考える。やはりそれぞれの生薬により帰経(入る臓器)や性質(温性や涼性等)がことなるため、それぞれの人の臓腑の虚実にあったハーブを選ぶことが重要である。食事(薬膳)に関してはやはり個々に合わせて処方する必要がある。しかし、風邪の予防的内服、初期治療に適した処方箋(中成薬)を挙げれば次のようなものが挙げられる。すなわち冠元顆粒、板藍茶、葛根湯、天津感冒片(涼解楽)、勝湿顆粒、小青竜湯、衛益顆粒、晶三仙であり、体質に合わせて個々を服用すれば風邪を予防でき、前述のように初期治療にも効果が期待できる。

*：中国医学では、古来より一人ひとりの症状や体質に合わせて生薬の処方が行われ、患者は煎じて服用してきた。しかしながら、現代中国では中医学理論に基づいて、多くの人に共通する処方を選別し、その処方を簡便で品質の安定した錠剤・丸剤・液剤等の剤型に加工したものをを用いることが行われている。それらの製剤を「中成薬」と呼ぶ。これらの中成薬は中国各地の医薬品メーカーにおいて GMP (医薬品の製造管理及び品質管理に関する基準) 管理の基で製造されている。

**：気は肺で形成され、全身に送られる。そのうち体表面に送られた気が衛気であり、汗腺や肌を引き締め、体表の感染防御などに働いている。