

腹満を問う

臨床 § 症候

峯 尚志

腹満とは

- 腹満とは腹部膨満ともいい、腹が張った感を指す。
- 上腹部の膨満感もこれに入るが、これは心下痞として別に取り上げるので、今回は中下腹部の膨満感を中心に述べる。

ガスによる腹部膨満感

- 食事をとると、消化管内でガスが発生する
- ガスは呼気や放屁として排泄される
- ガスの産生と排泄のバランスが崩れたときに腹部膨満が発生する

ガスの発生する要因

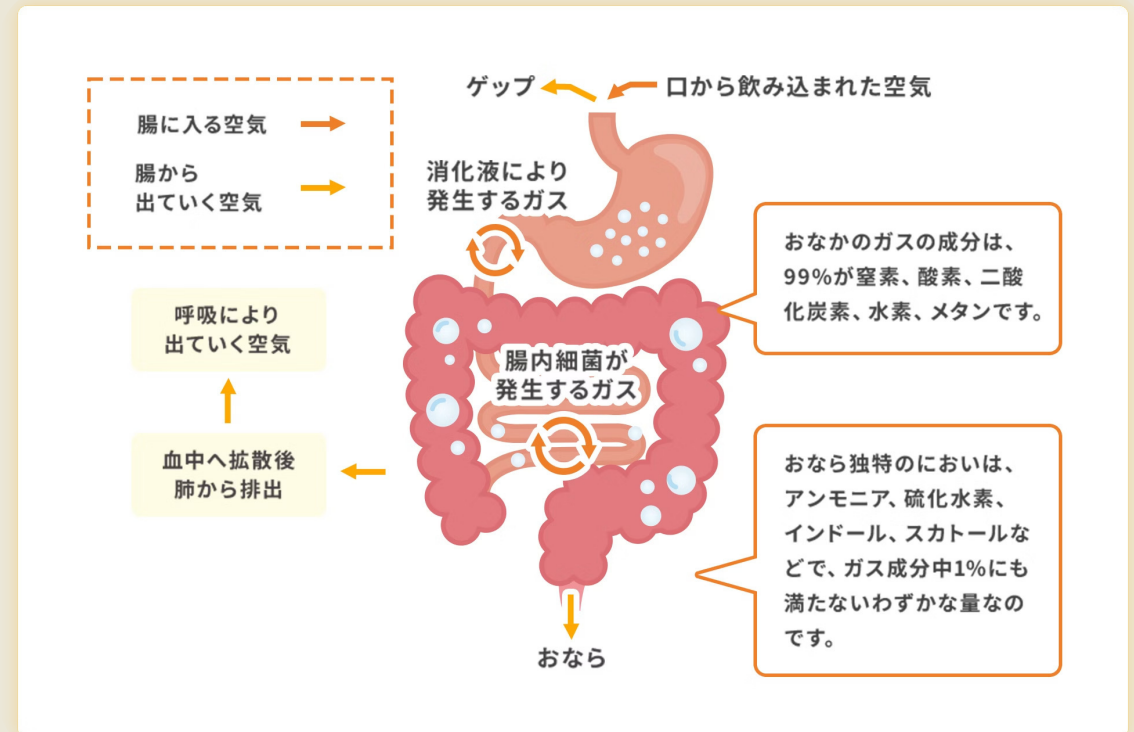
- 口から飲み込まれる空気→胃食道逆流、呑気症
- 胃液が胆汁により中和されるときに発生するガス
- 腸内細菌が発生するガス
- おなかに入った（発生した）ガスは、そのほとんどが血液中に吸収されて肺を通して呼吸のときに排出される。
げっぷやおならとして排出されるのは、おなかに入ったガスのわずか10%に満たない量。

ガスの産生過剰

- 心因性（気滞）
ストレスによる呑気症や自律神経の機能異常。
最近多く見られる過敏性腸症候群（IBS）による腹部膨満感や腹痛の原因もこれにあたる
- 逆流性食道炎
E-Cジャンクションの緩みがあると咽から空気が入りやすくなる
- 腸内ガス産生の過剰
腸内細菌叢の変化で悪玉菌が増えると、異常発酵により腐敗ガスが発生する。
また、繊維質の多い食事や糖質を多く含む食べ物はガスを増やしやすく、吸収不良や腸内菌叢の変化によって過剰なガスが発生する。

ガスの排泄低下

- 消化管の運動機能が低下すると、腸内にたまったガスが排泄されずに腹部膨満感がおこる。
- 便秘や過敏性腸症候群。
- 腸閉塞では、腸内容物と共にガスも排泄できない。
- 腸粘膜の炎症や循環障害では、ガスが身体に吸収されて呼気として排泄できないので腹部膨満感がおこる。

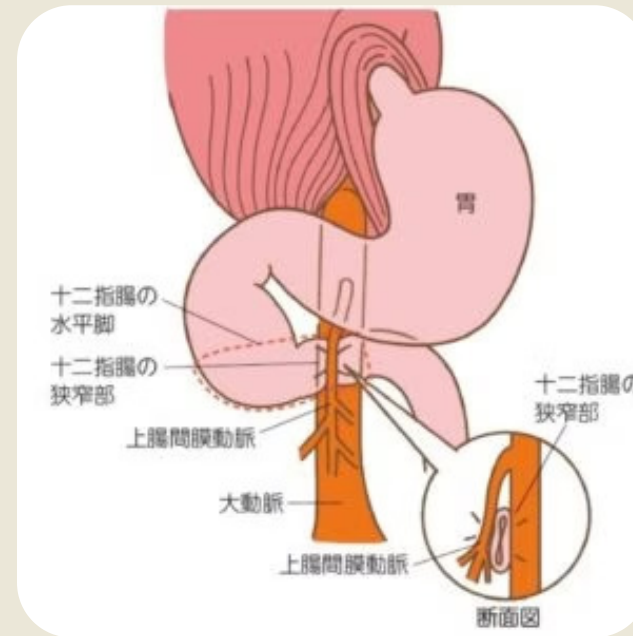


腹部膨満をおこす病名

- 肥満、脂肪肝
- 便秘
- 過敏性腸症候群
- 腸閉塞
- 炎症性腸疾患
- 呑気症
- 逆流性食道炎
- 機能性ディスペプシア
- 急性胃腸炎
- 上腸間膜動脈症候群
- 腹部の腫瘍 婦人科系の腫瘍も多し

上腸間膜動脈症候群

十二指腸と小腸が繋がる部分は、大動脈と上腸間膜動脈に挟まれていて、消化管と血管の間にはクッションの役割を果たす脂肪がある。この**脂肪が急激に痩せた際に無くなってしまう**ことがあり、血管の圧迫を十二指腸が受けて膨満感などの症状を起こす。食後に仰向けになると症候が悪化し、うつぶせになると症状が緩和するケースが多い。成長期や過激なダイエットをした際に生じることが多いが、高齢者の発症もある。



癌に伴う腹満

がんそのものによるもの

- 腹膜播種ふくまはしゅ（がんのできた臓器からがん細胞がこぼれ落ち、お腹の中に種をまいたように散らばって広がること）などによる腹腔内腫瘍の増大・腹水貯留
- 腹水：お腹の中に体液がたまった状態
- 卵巣、子宮、肝臓、大腸などの臓器の腫大
- がん自体による腸閉塞およびイレウス

がん治療によるもの

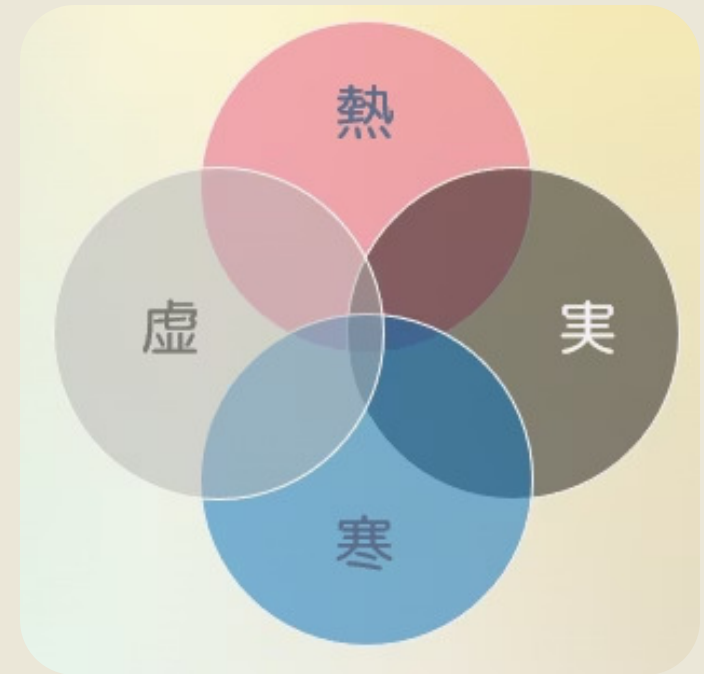
- 症状の緩和のために使われる薬（オピオイド、抗うつ薬等）の副作用としての便秘、腸管運動の低下
- 長期間寝たままの状態にいることによる腸管運動の低下
- 開腹手術後の麻痺性イレウスまたは腸管癒着ゆちゃく

がん以外によるもの

- 腸閉塞：腸が細く狭くなって詰まる状態
- イレウス：腸管麻痺により腸の蠕動ぜんどうが低下する状態

腹満の弁証

- 脾胃の不調和
- 脾気虚
- 脾陽虚
- 脾気陰両虚
- 寒湿
- 裏寒
- 湿熱
- 食滯
- 陽明熱結
- 便の秘結
- 気滯
- 肝経の冷え
- 瘀血



脾胃の不調和

桂枝加芍薬湯 小建中湯

桂枝、芍薬、甘草、生姜、大棗 （膠飴）

「太陰の病たる腹満して吐し、食下らず、自利益々甚だしく 時に腹自ずから痛む、若しこれを下せば、必ず胸下結胸す。」

- 過敏性腸症候群の基本処方
- 腹直筋の緊張を緩和し、腹腔内のスペースを確保
- 腸管蠕動のスパズムを改善し、腸管の正常な運動を助ける。
- 便秘がある場合は桂枝加芍薬大黄湯を用いる。
- 小建中湯の膠飴は、潤腸通便するとともに、オリゴ糖で腸内細菌の善玉菌の餌となる。

脾気虚

- 脾気の不足
- 空腹感がない、食べなくても平気、食べても味がない、食べると腹が張る、軟便や、泥状便、疲れやすい、元気がない、息切れ、気力がない。
- 舌嫩、脈無力
- 治法：健脾益気
- 方剤：

六君子湯

香砂六君子湯

（六君子湯加香附子、縮砂）

脾陽虚

- 素体脾胃虚弱のものが胃腸を冷やして発症
- お腹を圧したり、温めたり、熱い物を飲み食いすると改善
- 中気が虚して倦怠無力、内臓下垂、食欲不振、舌は淡紅色、胖大歯根、舌苔薄白、脈遅。
- 治法：温補脾胃

人参湯

（人参湯合半夏厚朴湯で代用）

厚朴生姜半夏人参湯

（実満には木香、枳榔子を追加）

高良姜湯

良姜、厚朴、当帰、桂枝（鳩尾から胸脇の痛み）

脾気陰両虚

- 脾気虚が長く続き、水穀の精微を運輸できないため次第に脾の陰も証明した状態。
- 脾気虚の症状以外に、**食べると腹が張る**、軟便から泥状便あるいは便秘、喉の渇き、手足のほてり、口唇の乾燥、指背部のさかむけ、羸瘦、舌質紅、剥、舌苔少、脈速
- 補気の人参、白朮、炙甘草に滋補脾陰薬の山薬、白扁豆、蓮肉、芡実、薏苡仁など

啓脾湯

人参、朮、茯苓、甘草、**山薬**、**蓮肉**、山査子、陳皮、沢瀉

参苓白朮散

人参、朮、茯苓、甘草、山薬、蓮子、白扁豆、薏苡仁、砂仁、桔梗

資生湯

寒湿

- 外因の寒邪により湿が停滞したもの
- 寒邪の直中、多湿環境での生活、冷たい飲食物の摂取で寒湿の邪が中焦を阻害し、脾胃の昇降が失調して生じる
- 気滞による腹満、濁陰が降りず悪心嘔吐、清陽が昇らず泥状～水様便、脾胃の運化低下で食欲不振、寒湿の為口渴して飲みたくない。舌苔白膩、脈弦緩

胃苓湯合厚朴温中湯

厚朴温中湯

厚朴、陳皮、炙甘草、草豆蔻、茯苓、木香、乾姜

裏寒

腹部冷痛を伴う

大建中湯

乾姜、人参、山椒、膠飴

「心胸中大寒痛 嘔不能飲食 腹中寒 上衝皮起 上下痛而不可触近」

附子糯米湯

半夏、大棗、甘草、粳米、附子

「腹中の寒気、雷鳴切痛、胸脇逆満、嘔吐」

解急蜀椒湯（大建中湯合附子糯米湯）

乾姜、山椒、人参、膠飴、半夏、大棗、甘草、粳米、附子（大建中湯合附子理中湯で代用）

「心腹激痛、嘔吐、腹鳴」

湿熱

- 病因：湿熱の邪、油物辛いものの嗜好、酒癖で湿熱が脾胃を阻害して生じる。
- 症状：腹の張満感、心下痞、悪心嘔吐、泥状便、胸が暑苦しい、口渴するが多くは飲まない（痰飲のため）、ときに汗が出る。経過が長い。尿は濃く少ない。舌紅、黄膩苔、脈濡数。
- 治法：化湿清熱
- 方剤：

王氏連朴飲

芦根、淡豆豉、山梔子、厚朴、黄連、菖蒲・半夏

防風通聖散

『宣明論』

- 組成：滑石、黄芩、甘草、桔梗、石膏、白朮、大黄、荊芥、山梔子、当歸、芍薬、川芎、薄荷、防風、麻黄、連翹、芒硝、生姜
- 効能：解肌發表、行気通便
- 主治：風熱壅盛、表裏俱実壅
- 風熱壅盛して表裏三焦皆実する者
- 肥満して暑がりて内熱により、口渇、便秘、息苦しさ、腹満、目の充血、鼻閉などを訴えるもの。

食滯

- 病因：暴飲暴食で胃腸に食物が停滞し、脾胃の運化を障害。食滯が気滯を生む。
- 症状：腹が張って痛む、腐臭のある曖気（ゲップ）、吞酸（酸っぱいものが上がってくる）、食臭を嫌う、腐卵のような下痢。舌苔黄膩、脈沈滑。
- 治法：消食導滯
- 方剤：

保和丸

山楂子、半夏、茯苓、神麴、陳皮、連翹、萊服子

陽明熱結

- 病因：外感で熱邪が裏に入り腸胃で燥屎となり生じる
- 症状：腹脹満、便秘、手足からじくじくと汗が出る。潮熱、うわごと、舌乾燥して、舌乾燥して苔黄膩、裂紋ができる。
- 治法：瀉下熱結
- 方剤：

大承気湯

大黃、芒硝、厚朴、枳実

便の秘結

陽明熱結以外にも様々な要因により便秘になり、便の出口が渋滞すると、腹部にガスが充満して出口を失い腹満を来す

麻子仁丸

- 組成：麻子仁、杏仁、芍薬、**厚朴、枳実、大黄**
- 効能：潤腸通便、泄熱行気
- 主治：腸胃燥熱、脾約便秘
- 便秘、硬く兔糞状の便、頻尿、口唇の感想、舌質紅、舌苔黄で乾燥、脈細やや数
- 病機：腸胃燥熱のために脾陰が不足して、水液の運化がうまくいかず、膀胱に偏在して頻尿になり、そのため更に津液が不足し、腸燥便秘をきたした病態。
- 脾の作用が約束（制約、束縛）されるので脾約と呼ぶ。
- 高齢者の便秘、実際には頻尿は無視してよい。

気滞

腹部気滞を治す代表生薬厚朴と関連処方を考える

厚朴

基原：モクレン科のカラホウの樹皮。和厚朴はホウノキの樹皮

性味：苦、辛、温

帰経：脾、胃、肺、大腸

薬能：行気化湿、下気除満、燥湿化痰、下気降逆

飲食不節による消化不良による腹満（鼓脹）や腸炎などで腸内容が腐敗発酵してガスが停滞したときに用いる。

実張にはよいが、虚張、寒張には少量に留める。

急性腸炎に使用すると厚朴だけでも止痢効果がある。

厚朴の処方

行気化湿

湿困脾胃、食積気滞の腹満、腹痛、下痢に蒼朮、陳皮と用いる

平胃散

蒼朮6(白朮も可);厚朴4.5;陳皮4.5;大棗3;甘草1.5;生姜1

寒湿には乾姜、草豆蔻、木香と用いる

厚朴温中湯

厚朴、陳皮各30、炙甘草・草豆蔻・茯苓・木香各15;乾姜2

厚朴生姜半夏人参湯

半夏4.0;厚朴3.0;人参・甘草・生姜各2.0

下気除満

熱結、裏実気滞の腹満、腹痛、便秘に枳実、大黄と用いる

厚朴三物湯

(組成は小承気湯と同じで厚朴が君薬で量が多い)

厚朴8.0;大黄4.0;枳実3.5

大承気湯

厚朴5.0;枳実・芒硝各3.0;大黄2.0(適量)

燥湿化痰、下気降逆

痰湿壅肺の咳嗽、呼吸困難に麻黄杏仁半夏と用いる

厚朴麻黄湯

半夏・杏仁各4.0;麻黄・五味子各3.0;石膏・小麦各10.0;乾姜・細辛各1.5

神秘湯

麻黄3-5;杏仁4;厚朴3;陳皮2-3;甘草2;柴胡2-4;蘇葉1.5-

平胃散

『和剤局方』

- 組成：蒼朮、厚朴、陳皮、甘草、生姜、大棗
- 蒼朮、厚朴、陳皮、甘草の細末を生姜、大棗の煎湯で服用する
- 効能：燥湿運脾、行気と胃
- 主治：湿困脾胃
- 腹満、胃部の痞え、食べたくない、味がない、悪心、嘔吐、噯気、吞酸、肢体が重だるい、眠くて横になっていた、泥状便～下痢傾向、舌苔は白膩で厚。脈緩。
- 湿邪が中陽を困阻した状態で、飲食不節や外湿の侵襲によって発生する。

半夏厚朴湯

- 組成：半夏、茯苓、厚朴、蘇葉、生姜
- 効能：行気解鬱、降逆化痰
- 主治：痰気鬱結
- 咽の痞え、閉塞感（咽中炙鬱）胸苦、咳嗽、悪心嘔吐、腹満、舌苔白膩、脈弦滑
- 七情不暢で肝気が鬱結し疏泄が失調し、気機が停滞して肺気、胃気が宣降できなくなり、津液の布散が傷害されて痰を形成し「梅核気」が生じる。
- 食べ過ぎて消化に負担がかかり、お腹が張る時の処方

茯苓飲

- 組成：茯苓、蒼朮、陳皮、人參、**枳実**、生姜
- 効能：行気利水、健脾和胃
- 主治：胃内停水による嘔吐、痞え、上腹部の張り、食欲不振など
- 脾虚で水湿が運化されずに、胃に停積し、胃気が上逆すると嘔吐、痞えが生じ受納と下降を阻滞するために腹満、食欲不振があらわれる。
- 主目的は水湿の除去であるから、水を保つ甘草、大棗は除いている。
- **胃気の降下作用を助け、逆流を防ぐ。**逆流性食道炎による噯気にも有効

枳実

基原：ミカン科のダイダイ、イチャレモン、カラタチなどの幼果、秋に収穫した成熟果実は枳殻。

性味：苦、微寒

帰経：脾、胃、大腸

薬能：苦寒で下降し、脾胃の気分薬

破気消積

腸胃湿熱積滯による腹痛、便秘、下痢、裏急後重に大黄、黄连、沢瀉、枳実などともちいる

枳実導滯丸、大承気湯、通導散、枳実芍薬散

化痰消痞

胸脇の痰飲で痞えて苦しい、呼吸促迫に半夏、陳皮、茯苓などと用いる

導胆湯、滌痰湯、枳実薤白桂枝湯、橘皮枳実生姜湯、枳実消痞丸

破積導滯、通裏大便には枳実を、理気寛胸、消除脹満には枳殻を用いる。

茯苓飲合半夏厚朴湯

『本朝經驗方』

- 組成：蒼朮、厚朴、陳皮、半夏、蘇葉、茯苓、人參、枳實、生姜
- 効能：理氣化痰、行氣利水、健脾和胃
- 主治：短氣上逆による悪心、嘔吐腹滿が甚だしい場合に用いる。
- 脾虚で水湿が運化されずに、胃に停積し、胃氣が上逆すると嘔吐、痞えが生じ受納と下降を阻滯するために腹滿、食欲不振があらわれる。
- 主目的は水湿の除去であるから、水を保つ甘草、大棗は除いている。
- 胸~心下部までの広い範囲の痞え感、腹滿に有効

肝気鬱結による気滞

柴胡剤で腹満を治す

芍薬と枳実の薬対

柴胡はサイコ (psycho)

日本人は柴胡が好き

脾胃が弱く思い悩むことの多い日本人
周りに配慮しすぎて情動を内にしまい込み
発散することが苦手な日本人
気鬱を晴らす柴胡を用いて
肝脾不和を治す



柴胡

- 基原：セリ科ミシマサイコ他の根
- 性味：苦、微辛、微寒
- 帰経：肝、胆、心包、三焦（間質、リンパ系にも効く）
- 薬能：透表泄熱、疏肝解鬱、升举陽気

柴胡は、少陽半表半裏の邪を疏散して透表泄熱する。

また肝気鬱結の胸脇脹痛に使用する。

大柴胡湯

- 組成：柴胡、半夏、黄芩、芍薬、枳実、生姜、大棗、大黄
- 効能：和解少陽、泄下熱結
- 主治：熱結心下
- 心下部が張って痛む、あるいは硬く痞える。嘔吐、下痢あるいは便秘、煩燥、往来寒熱、舌苔黄、脈弦有力。
- 便秘のないものに、大柴胡去大黄エキスあり

四逆散

- 組成：柴胡、芍薬、枳実、甘草
- 主治：肝脾不和
抑うつ感、憂鬱感、いろいろ、
胸脇部が張って苦しい、腹満、腹痛、下痢
- 疏肝解鬱の柴胡と、補血柔肝の白芍で肝気を条達させ、枳実で脾気の停滞を疎通し、炙甘草が諸薬を中和する
- 枳実芍薬散
- 気滞血凝による腹痛
- 「産後腹痛し、煩満し臥するを得ざるは、枳実芍薬散これを主る。
- 枳実で行気し、芍薬で柔肝養血して血痺（血不足による血行痺阻）を改善し、行気活血により疼痛を止める）

柴胡疎肝湯

- 組成：柴胡、芍薬、枳殻、甘草、香附子、陳皮、川芎
- 主治：肝脾不和
抑うつ感、憂鬱感、いろいろ、
胸脇部が張って苦しい、腹満、腹痛、下痢
- 疏肝解鬱の柴胡と、補血柔肝の白芍で肝気を条達させ、枳実で脾気の停滞を疎通し、炙甘草が諸薬を中和する

柴芍六君子湯

- 組成：柴胡、芍薬、人参、陳皮、半夏、白朮、茯苓、甘草、生姜、大棗
- 効能：疏肝解鬱、補脾
- 主治：脾虚、肝脾不和
- 胃腸虚弱なものが、ストレスに会い、肝気が伸びやかにならないことで脾を尅してさらに脾の働きが落ちてうつうつ微煩の柴胡証とともに食欲不振、胃のもたれなどを生じる
- 四逆散エキス合六君子湯エキ스로代用



肝経の冷え

- 厥陰肝経の冷えは下腹部、特に鼠径部に沿って認められることがありこの部分に冷えがあり、腹満を自覚する場合は肝経の冷えをとる当帰四逆加呉茱萸生姜湯の適応となる。

当帰四逆加呉茱萸生姜湯

- 組成：当帰、桂枝、芍薬、細辛、甘草、大棗 呉茱萸、生姜
- 効能：温経散寒、養血通脈
- 主治：血虚受寒、寒滞肝脈
手足の冷え、下腹部から下肢の冷え痛み、月経不順、月経困難症、舌淡、苔白、脈沈細

肝血虚と寒邪により肝経の経脈が凝滞する。温経散寒と同時に肝血を補う。

「手足厥冷し、脈細にして絶えんと欲するは当帰四逆湯之れを主る」

「もし、その人内に久寒あるものは、当帰四逆加呉茱萸生姜湯之れを主る」

瘀血

- 腹満の原因として瘀血がある。
- 骨盤内の臓腑は腸管膜動静脈などたくさんの血流によって栄養を受けている。
- また腫瘍など骨盤を占拠する病変によって血流が阻害される場合もある。
- このような血流障害（瘀血）によって腹満が生じる場合がある。

駆瘀血薬

桂枝茯苓丸

桂枝、芍薬、牡丹皮、桃仁、茯苓

桃核承気湯

桂枝、甘草、大黄、芒硝、桃仁

通導散

枳実、厚朴、大黄、芒硝、甘草
当帰、紅花、蘇木、陳皮、木通

まとめ

- 機能的な異常による腹満は、皮下脂肪、内臓脂肪、腹壁の硬さ、腸の内容物、腸の蠕動運動、腸管の血流、腸内細菌などによって規定される。
- 東洋医学的には素体の寒熱虚実に基づき、弁証してゆく。
- 虚証は脾虚、脾陽虚、脾気陰両虚のもとに、四君子湯、人參湯、啓脾湯の加減が使用される。厚朴生姜半夏人參湯は、脾虚の処方に厚朴という理気薬を組み合わせることで、虚証の気滞を治す。
- 実証は芍薬、厚朴、枳実、大黄の組み合わせで腹部の気滞を瀉す。芍薬、枳実の組み合わせは、大柴胡湯、四逆散で、厚朴、枳実、大黄の組み合わせは承気湯類となり、腹部のガスを瀉す。
- 最後は血流の改善で、桃核承気湯、通導散などの駆瘀血の処方は大黄で便通をつけるとともに腸管血流を良くして腹満を治す。また腸管の瘀血は冷えによって悪化するため、裏寒を治す大建中湯、当帰四逆加呉茱萸生姜湯も有効な場合がある。
- また、ガス産生に関しては、腸内細菌のバランスが大切な要素であることを付け加えておきたい。