

生薬と処方から のぼせ、ほてりを問う

臨床 § 症候

峯 尚志



のぼせとほてり

- のぼせ（ホットフラッシュ）は**突然顔や頭が紅潮し熱く**感じ、発汗が増加する状態。
特に更年期になるとエストロゲンの欠乏によって発作的なのぼせが生じます。
- ほてりは、顔や頭以外の身体に起こる熱感をさす。
上半身の熱感ほてりにあたる。
自律神経のバランスの乱れや、更年期障害などによって慢性的にのぼせが起きる場合もある。



のぼせを問う

～更年期の女性のホットフラッシュに焦点をあてて～

ホットフラッシュ

のぼせ（ホットフラッシュ）は突然顔や頭が紅潮し熱く感じ、発汗が増加する状態。

ホットフラッシュはエストロゲン欠乏によって視床下部において暑さを感じる閾値と、寒さを感じる閾値が狭まる状態。視床下部の温度中枢の失調。

エストロゲン分泌の急減により、視床下部をはじめとする神経ペプチドシグナル経路を刺激し、最終的には末梢組織における血管拡張物質の律動的な増加による血流増加、皮膚温上衝がほてり、発汗を引き起こす

HRT（ホルモン補充療法）による治療

ホットフラッシュはエストロゲン欠乏によって視床下部において暑さを感じる閾値と、寒さを感じる閾値が狭まる状態。視床下部の温度中枢の失調。

エストロゲン分泌の急減により、視床下部をはじめとする神経ペプチドシグナル経路を刺激し、最終的には末梢組織における血管拡張物質の律動的な増加による血流増加、皮膚温上衝がほてり、発汗を引き起こす

HRTと漢方

のぼせや多汗などの血管運動神経症状にはHRTの有効性が高い。更年期の骨粗鬆症の対策にもなる。膣乾燥感や、性交痛もHRTの効果は高い

一方、イライラ、不安、ゆううつ、興奮しやすいなどの精神症状には漢方の方が有効な場合がある冷え性やむくみなどを併発している場合も漢方が有効もちろん、ホットフラッシュにも漢方は有効な手段。

ほてりを問う

五心煩熱

手のひらや足の裏に熱感があり、胸苦しさ（心煩）を伴うこと

陰虚の症候の代表、夜に悪化する

そのほか、身体が痩せる、微熱、寝汗不眠、尿の色が濃い、大便乾燥、舌は紅色で乾燥、裂紋、脈細数。

陰虚の五心煩熱

午後に強い。布団の外に足を出す。

盗汗、遺精、頬の紅潮、腰膝無力、口乾、咽乾燥、舌質深紅、舌苔少、剥。
脈沈細数

邪伏陰分の五心煩熱

手のひら、足の裏のほてり、焦燥感、睡眠不良、夕方から夜間に微熱、食べられるが痩せ、舌質紅、少苔、脈弦細やや数。

血虚の五心煩熱

午後に手足の裏のほてり。心身の疲労に因って増強、疲労倦怠、食欲不振、物を言うのがおっくう、動悸、頭のふらつき、めまい。舌質淡、脈微弱あるいは細弱、洪。

火鬱の五心煩熱

五心煩熱、憂鬱感、抑うつ感、いろいろ、怒りっぽい、頭が張る、口苦、女性では月経異常、舌質紅、舌苔が黄、脈沈細

陰虚の五心煩熱

午後に強い。布団の外に足を出す。

盗汗、遺精、頬の紅潮、腰膝無力、口乾、咽乾燥、舌質深紅、舌苔少、剥。脈沈細数

1 肺陰虚

肺労により肺陰が消耗しておこる

骨蒸潮熱、盗汗、咳嗽、息切れ、時に咯血、舌質紅、脈細数

秦艽別甲散:秦艽・青蒿・烏梅・知母各2;当歸・別甲・柴胡・地骨皮各3

2 肝陰虚

過労、肝病による陰血の消耗によりおこる。肝陰虚により肝胆火旺

五心煩熱、口乾、浅眠、疲労倦体感、舌質赤、少苔、脈弦細数

清骨散加味:銀柴胡5;胡黃連・秦艽・鼈甲・地骨皮・青蒿

知母各3;炙甘草2

3 腎精虚

房室過多、腎精の消耗

五心煩熱、耳鳴り、遺精、盗汗、腰膝だるく無力、脈沈細数

左歸丸:熟地黄40;山藥・山茱萸・枸杞子・菟糸子・鹿角膠・龜板膠各20;牛膝15、加地骨皮、白薇

1

血虚の五心煩熱

肝脾両虚によりおこる

臓血、生血の両方が失調して血虚となる

顔色につやがない、蒼白、五心煩熱、ふらつき、めまい、心身の疲労、のぼせ。

補肝湯加地骨皮:当帰・芍薬・川芎・地黄・木瓜・酸棗仁各3.0;甘草2.0加地骨皮

2

邪伏陰分の五心煩熱

外感病の誤治により余邪が営陰に留伏しておこる

夜間に熱が出て朝は解熱、解熱しても汗はかかず、食べれるが羸瘦する。

青蒿別甲湯:別甲15;青蒿・知母各6;生地黄12;牡丹皮9

3

火鬱の五心煩熱

肝気鬱結により陽気がうつして条達しない。

あるいは寒涼薬の過量で邪が体内に伏す

あるいは冷飲食のとりすぎで起きる

胸と手のひら、足の裏のほてり、四肢熱感、尿濃い、イライラ、怒りっぽい。舌が赤、苔が黄色、脈弦数。

火鬱湯:羌活・升麻・葛根・白芍・人参・柴胡・甘草各4;防風2;葱白3

升陽散火湯:柴胡・麦門冬各4.0;人参・当帰・芍薬・朮・陳皮・茯苓各3.0;黄芩2.0;甘草・生姜各1.5

ほてり、のぼせに有効な生薬とその生薬を含む処方を知る

1. 桂枝

～気の上衝をおさめる～

基原：クスノキ科のケイの若い枝或いは樹皮

性味：辛、甘、温

帰経：肺、心、脾、肝、腎、膀胱

成分：ケイアルデヒド、シンナムアルデヒド

薬理：解熱、鎮痛、鎮痙、魔性血管拡張、抗菌作用

薬能：散寒解表、温通経脈、活血通絡、助心陽、温化水飲、**平衡降逆、引火帰原**

桂皮を飲むと全身の循環が良くなり、いったんのぼせるような感覚になるが解表作用の後、気がおさまり、さらに桂皮の作用は腎まで届き引火帰原の薬効をしめす。



陰陽調和の桂枝湯

のぼせほてりの原因となる自律神経の失調を桂枝湯が治す

桂枝湯

桂枝4、芍薬4、甘草2、生姜1.5、大棗4

太陽病、これを下して後、その気上衝する者は桂枝湯を与うべし

桂枝を含む方剤は気が上衝しておこるのぼせ、ヒステリー、頭痛、発熱、悪風などの症状が目標になる。

- 症例) 70歳、男性。めまいと頭と背中のはてり
苓桂朮甘湯→桂枝湯で2週間で改善
- 症例) 69歳、女性。57歳から身体が急に熱くなり、背中を中心にほてり、のぼせ、じわじわ汗が出る
6週間でのぼせ、発汗軽快

中江啓晴他、第51回日本東洋心身医学研究会講演要旨集（2015）、P3

桂枝湯に補血を加えた温経湯

血虚、血瘀によるのぼせとほてり

温経湯

桂皮2、芍薬2、甘草2、生姜1、当帰4、川芎2、麦門冬4、
阿膠2、人参2、牡丹皮2、半夏4、呉茱萸1

- 45歳、主婦 159cm、50kg
3年前から月経不順、手掌足底のほてり、顔のほてり口唇の乾燥感、寒がりの暑がり
温経湯7.5g、2週間で口唇の乾燥、手足のほてり改善、2ヶ月で完治

清水正彦他、婦人科疾患に伴う四肢のほてり感の病態に関する検討、
漢方の臨床 第62巻第7号（2015） p 29

小建中湯

桂枝、芍薬、甘草、生姜、大棗、膠飴

虚勞、裏急、悸、衄、腹中痛み、夢に失精し、四肢煩疼、手足煩熱、咽乾口燥するものは小建中湯之れを主る

腎陰虚、虚勞の**ほてり**に対する小建中湯

小建中湯之證

腹言部

五



2. 人参と黄耆

～虚勞によるほてりを治す～

虚勞によるほてりは補中益気湯（陰火）十全大補湯清暑益気湯などの参耆剤で改善する場合がある

3. 牡丹皮

～血瘀によるのぼせとほてりを治す～

基原：ボタン科のボタンの根皮

性味：苦、辛、微寒

帰経：心、肝、腎

薬能：清熱涼血、活血散瘀、清肝火

牡丹皮は血の熱を冷まし、瘀血から来るのぼせ、ほてりを納めます



桂枝茯苓丸

桂皮3、芍薬3、茯苓3、牡丹皮3、桃仁3

- 症例) 70歳、女性
顔のほてり、腰の重苦しさ、手足の冷え、下肢静脈瘤
桂枝茯苓丸服用後顔のほてりなくなり、8週後腰の重だるさも消失した

4. 地黄

～陰虚の熱をとる～

乾地黄

基原：ゴマノハグサ科のカイケイジオウあるいはアカヤジオウの肥大根

性味：甘、苦、寒

帰経：心、肝、腎

成分：イリドイド配糖体（カタールポール、レーマニオサイドD、ステロール、糖・糖アルコールその他（アミノ酸など）

薬能：滋陰清熱、涼血止血、生津止渴

地黄は血も水（津液）も補う作用があり

陰液を補って滋陰涼血して陰虚の熱を冷ましのぼせ、ほてりをおさめる。



長引くほてりは陰虚を治す六味丸

六味丸

『小兒藥証直訣』

地黄5、山茱萸3、山藥3、沢瀉3、茯苓3、牡丹皮3

効能：滋陰涼血、清熱燥湿、殺虫止痒

主治：産後陰血不足の濕熱下注

「不仁草褥にあり、発露より風を得、四肢は煩熱に苦しむを治す、頭痛するは小柴胡湯を与う。頭痛まずただ煩するは、この湯を主る。」

応用：陰血不足の濕熱、下焦の濕熱による虫痒

六味丸症例（加味逍遙散）

- 症例）50歳、主婦 152cm、42kg 48歳で閉経
1年前より顔のほてり、のぼせ、イライラ、頭痛、夜間頻尿、ホットフラッシュ、下肢の浮腫
六味丸3包、加味逍遙散1包。4週後、諸症状改善のため、六味丸のみで経過観察。

清水正彦他、婦人科疾患に伴う四肢のほてり感の病態に関する検討、漢方の臨床 第62巻第7号（2015）p 31－32

● 知柏地黄丸

地黄、山茱萸、山薬、沢瀉、茯苓、牡丹皮、知母、黄柏

効能：滋陰降火

主治：陰虚火旺によるのぼせ、骨蒸潮熱、煩燥、
盗汗、遺精

● 三物黄芩湯

『金匱要略』

地黄6、黄芩3、苦参3

効能：滋陰涼血、清熱燥湿、殺虫止痒

主治：産後陰血不足の濕熱下注

「不仁草褥にあり、発露より風を得、四肢は煩熱に苦しむを治す、頭痛するは小柴胡湯を与う。頭痛まずただ煩するは、この湯を主る。」

応用：陰血不足の濕熱、下焦の濕熱による虫痒（トリコモナス、白癬）

ほてるのに冷えて頻尿/八味丸

● 八味地黄丸

『万病回春』

地黄6、山茱萸3、山薬3、沢瀉3、茯苓3、牡丹皮2.5、桂皮1、附子0.5

効能：温補腎陽

主治：腎陽虚、腎陰陽両虚

稻生暁春、足のほてりに対する八味地黄丸の著効例、漢方診療Vol1.10 No4 p6

八味丸の症例

- ・ 症例) 79歳女性、特に寝る前に両足底のほてりが耐えられない。両下肢の痺れと冷え、不眠。
牛車腎気丸5g、3週投与するも無効。
八味丸エキス5g、2週後、ほてり消失、一ヶ月後しびれ軽減。

牛車腎気丸 地黄5、山茱萸、山薬、沢瀉、茯苓、牡丹皮、桂皮、附子、牛膝、車前子

八味丸 地黄6、山茱萸、山薬、沢瀉、茯苓、牡丹皮、桂皮、附子

稻生暁春、足のほてりに対する八味地黄丸の著効例、漢方診療Vol1.10 No4 p6

● 牛車腎気丸

地黄5、山薬3、山茱萸3、沢瀉3、茯苓3、牡丹皮3、桂皮1、附子1、牛膝3、車前子3

効能：温補腎陽、利水消腫

主治：腎陽虚で腰重脚腫、小便不利のもの

腎陽虚で水湿停滞が強く

下半身の浮腫、尿量減少がみられるもの。



5. 薄荷

～気分を清解する～

基原：シソ科のハッカの地上部、葉

性味：辛、涼

帰経：肺、肝

薬能：疏散風熱、辛涼解表、清頭目、利咽喉、
透疹止痒、疏肝解鬱

薄荷はその清涼感でほてりのぼせを疏肝して解表する



加味逍遥散

～更年期ののぼせ、ほてりを治す～

『万病回春』

柴胡3、芍薬3、当帰3、朮3、
茯苓3、甘草1.5、生姜1、**薄荷1、牡丹皮2、山梔子2**

効能：疏肝健脾、和血調経、瀉火

主治：肝郁化火で、いろいろ、怒りっぽい、口乾、顔面紅潮、脈が弦数などを伴うもの

更年期ののぼせには、気分を解表して清熱する薄荷と三焦の虚熱を治す山梔子が重要

肝気鬱結

肝は気血を巡らす疏泄の働きがありストレスで疏泄がうまくいかなくなると肝気が鬱結してイライラ、気分の落ち込み、過度な緊張、ヒステリー、喉のつまり感、胸苦しさ、腹部の張り感、生理不順、生理痛をおこす。

基本処方柴胡芍薬を含む四逆散
加味逍遥散、抑肝散は四逆散の変方といわれる

加味逍遥散の合方

加味逍遥散大切なのは加減法

- 加味逍遥散＋苓桂朮甘湯（温陽利水、引火帰原）
- 桂枝茯苓丸（瘀血）
- 六味丸（補陰）
- 四物湯（補血）
- 温清飲（補血、清熱）
- 滋陰降火湯（補肺陰）

6. 山梔子

～三焦の熱をさます～

基原：アカネ科クチナシの成熟果実

性味：苦、寒

帰経：心、肺、肝、胃、三焦

薬能：清熱瀉火、除煩、清熱解毒、清熱利湿、
清熱涼血、止血

山梔子は上中下三焦の気分、血分の熱をさます作用があり、胸にこもった熱を清解し、のぼせ
ほてりを緩和する。

加味帰脾湯

『濟世全書』

柴胡、山梔子、当帰、遠志、酸棗仁、竜眼肉、
木香、朮、茯苓、甘草、人參

効能：益気補血、健脾養心

主治：心脾両虚、脾不統血

加味帰脾湯は、驚きやすく動悸がする、健忘、不眠、不安という帰脾湯証にのぼせ、イライラ
の症候が加わったものに用いる



7. 竜骨、牡蠣

～陽気燥動による動悸、のぼせ、不眠、おびえを沈める～



竜骨

基原：大型哺乳動物の化石

性味：甘、渋、平

帰経：心、肝、腎

葉能：養心安神、平肝潜陽、収斂固脱

竜骨は浮揚を潜沈し、不眠、のぼせ、動悸、自汗、盗汗を治し、陰虚陽亢のめまいを治す



牡蠣

基原：牡蠣の貝殻

性味：鹹、渋、微寒

帰経：肝、胆、腎

葉能：養驚安神、益陰潜陽、軟堅散結

牡蠣は、熱病傷陰の虚風内動、肝陽上亢ののぼせ、不眠、自汗盗汗、リンパの腫脹などを治す

● 柴胡加竜骨牡蛎湯

柴胡5、黄芩2.5、桂皮3、半夏4、人参2.5、大棗2.5、生姜1.0、竜骨2.5、牡蠣2.5、（大黃）

ストレスによる動悸、不安、不眠、イライラ
気鬱の傾向があるもの。脾虚はない。

● 柴胡桂枝乾姜湯

柴胡6、黄芩3、桂皮3、甘草2、乾姜2、栝楼根3、牡蠣3

ストレスに過敏で自律神経失調傾向
のぼせやすく、動悸や頭汗、口渇を覚える

● 桂枝加竜骨牡蠣湯

桂枝、芍薬、甘草、生姜、大棗、竜骨、牡蠣

顔色悪く、疲れやすく、自汗あり、手足が冷えて、のぼせやすい、不安になりやすい

8. 麦門冬

～肺陰をおぎなう～



基原：ユリ科のジャノヒゲの塊根

性味：甘、微苦、微寒

帰経：肺、胃、心

薬能 清熱潤肺、止咳、養胃、生津、清心除煩、潤腸通便

麦門湯は肺や胃の粘膜を潤し、津液を補充する作用と安神作用をもち、津液不足によるのぼせ、ほてりを緩和します

大逆上気の麦門冬湯

～肺胃の陰虚によるのぼせ、ほてりを鎮める～

麦門冬湯

『金匱要略』

麦門冬10、半夏5、人參2、甘草2、粳米5、大棗3

大逆上気、咽喉不利す、逆を止め気を下す者は、麦門冬之を主る。

虚火が上炎して肺胃の陰を損ない、咽喉が乾燥して潤いを失い、胃の降濁作用、肺の肅降作用が働かず、上逆して、赤ら顔（上気）になり、空咳の止まらないものは麦門冬湯で潤肺益胃、降逆下気する。

（金子幸夫著：金匱臟腑弁証解説P119:麦門冬湯証より一部改変）

滋陰降火湯

『万病回春』

地黄2.5、麦門冬2.5、天門冬2.5、当帰2.5、芍薬2.5、知母1.5、黄柏1.5、甘草1.5、蒼朮3、陳皮2.5

効能：滋陰降火

主治：肺腎陰虚、火旺による乾咳、盗汗、潮熱

9. 釣藤鈎

～肝陽上亢によるのぼせ、めまいに～



基原：アカネ科のカギカズラの茎をつけた鈎棘

性味：甘、微寒

帰経：肝、心包

薬能：熄風定驚、平肝清熱、輕清透熱

肝火上炎、肝陽上亢の熱を清し、頭痛、のぼせ、眩暈、ふらつきをおさめる
また鎮静、定驚の働きもある

肝陽上亢によるのぼせ、めまい、耳鳴に釣藤散

釣藤散

『本事方』

麦門冬3、菊花2、石膏5、釣藤鈎3、防風2、人參2、甘草1、生姜1、茯苓3、陳皮3、半夏3

効能：平肝熄風、清熱化痰、益氣

主治：肝厥の頭痛、眩暈

顔がのぼせてぼーっとする

滋陰降火湯

『万病回春』

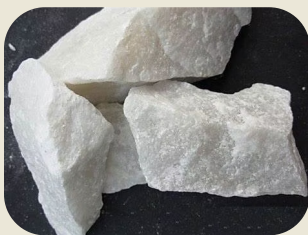
地黄2.5、麦門冬2.5、天門冬2.5、当歸2.5、芍薬2.5、知母1.5、黄柏1.5、甘草1.5、蒼朮3、陳皮2.5

効能：滋陰降火

主治：肺腎陰虚、火旺による乾咳、盗汗、潮熱

10. 石膏

～夏の暑熱による口渇、のぼせ、ほてりに～



基原：合水シュウ酸カルシウム鉱石

性味：辛、甘、大寒

帰経：肺、胃

薬能 清気分実熱、清熱降下、除煩止渴、清胃火、清肌斂瘡

石膏は肺胃の粘膜を潤し、津液を補充するとともに、大寒で清熱瀉火し特に暑熱によるのぼせ、ほてりを緩和する

● 白虎加人参湯

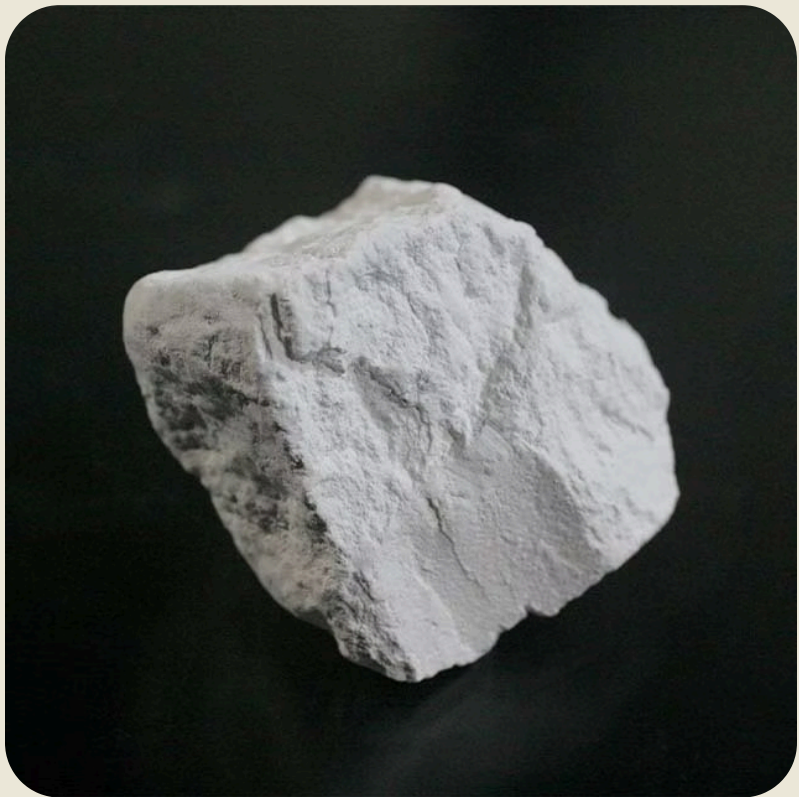
『傷寒論』

知母5、石膏15、粳米8、人参1.5、甘草2

効能：清熱生津、益気

主治：肺胃熱盛、傷津

裏熱熾盛で傷津が生じ「口渇」と「ほてり」のあるもの



11. 滑石

～夏の湿邪からくるほてりを冷ます～

基原：加水ハロイサイト、天然含水珪酸マグネシウム

性味：甘、寒

帰経：肺、胃、膀胱

薬能：利水通淋、止瀉、清熱解暑、祛湿斂瘡（滲出の多い皮膚炎）

利水通淋の作用の他

夏に常用の清熱利湿薬、暑邪の煩渴、湿温の身熱（ほてり）、湿熱の瀉痢に用いる

猪苓湯

『傷寒論』

沢瀉3、猪苓3、茯苓3、阿膠3、滑石3

効能：利水清熱、滋陰

主治：肺胃熱盛、傷津水熱互結、湿熱蘊結下焦（血淋）

下焦において熱邪と水湿が結びついたもの

利小便によって水湿と熱を除き、阿膠の止血滋陰作用で膀胱炎の血尿を止める

三仁湯

『温病条弁』

杏仁、白豆蔻、厚朴、薏苡仁、半夏、滑石、通草、竹葉

効能：宣暢気機、祛湿清熱

主治：湿温初起（湿重熱盛）

脾虚内湿の体質の人が、夏の湿邪に感受して、体内に湿邪が生じ、悪寒があり、身体が重くだるい、頭重、午後に熱感が強くなる。湿熱の邪が体内に伏鬱して、体内には強い熱感（ぼてり）がありながら体表部を触れても熱感がない（身熱不暢）状態となる。

藿朴夏苓湯

『温病条弁』

藿香、半夏、杏仁、薏苡仁、白豆蔻、淡豆鼓、厚朴猪苓、茯苓、沢瀉、

効能：解表化湿

主治：湿温初起（湿盛熱微）

三仁湯に比べて、滑石、通草、竹葉がなく清熱の作用が弱くなり、芳香化湿の藿香、淡豆鼓が加えられ透表湿の作用が強くなる

12. 黄連

～血熱を冷まし鎮静する～



基原：キンポウゲ科オウレンの根茎
性味：苦、寒
帰経：心、脾、胃、肝、胆、大腸
成分：ベルベリンアルカロイド
薬能：清熱燥湿、清熱瀉火、清熱解毒



黄連はその苦みで心の熱を瀉し、のぼせほてりを鎮静し胃熱の消穀善飢を治し、腸胃の湿熱を乾かし痞満嘔吐、腹痛泄瀉を治す

清熱解毒で血熱を冷ます黄連解毒湯

● 黄連解毒湯

黄連2、黄芩3、黄柏1.5、山梔子2

効能：瀉火解毒

主治：熱毒壅盛三焦

のぼせを訴え、顔が酒でも飲んだように赤く気分がイライラして落ち着かず、興奮傾向にあるもの

多血症、高血圧の傾向のあるもの

火毒熾盛で表裏ともに熱盛で、高熱、熱感、舌質紅、舌苔黄、脈数有力、煩燥、狂騒、錯語、不眠、各種出血を治す

龍胆瀉肝湯で濕熱によるのぼせ、ほてりを治す

● 龍胆瀉肝湯

『一貫堂』

黄連、黄芩、黄柏、山梔子、当帰、芍薬、川芎、地黄各1.5、連翹、薄荷、木通、浜防風、車前子、甘草各1.5、竜胆2、沢瀉2

効能：清熱利湿、解毒、養血

主治：肝胆湿熱の遷延

温清飲に清利湿熱の竜胆、沢瀉、木通、車前子と祛風の薄荷、防風、連翹を加えたもの
痰飲湿熱体質で、のぼせ、ほてり、頭痛を呈するものにも応用される。

黄連、当帰、桂皮を含む女神散

● 女神散

当帰3、川芎3、黄連1、黄芩1、桂皮2、甘草1、蒼朮3、人參2、香附子3、木香1、檳榔子2、丁字1

53歳女性。体格中等度、やや太っている、長年にわたる不眠、不安、イライラ、身体がほてる、めまい、耳鳴り、心悸亢進、鼻閉、息苦しさ、腹や手足は冷える、食欲旺盛、果物好き。やや便秘。

33歳、女性、酒皰、顔のほてり、紅潮、倦怠感、不安、イライラなど多愁訴。

女神散は昔、安栄湯といわれ武士が戦場に臨むときに気分を鎮めるために使用された処方でもある

13. 茵陳蒿

～湿熱を瀉す～



基原：キク科カワラヨモギの幼苗、蕾、頭花

性味：苦、微寒

帰経：脾、胃、肝、胆

葉能：清熱除湿、退黄

茵陳蒿は脾胃肝胆經の湿熱を取り除く効果があり黄疸の妙薬である。



茵陳五苓散

茵陳蒿、桂皮、沢瀉、猪苓、蒼朮、茯苓

効能：利湿清熱

主治：湿熱黄疸

茵陳五苓散は黄疸の処方だが、広く湿熱証の薬方として、慢性蕁麻疹、アルコール性肝障害などに応用され、湿熱内蘊によるほてりを冷ます

14. 大黃

～腸にこもった熱を瀉す～



基原：タデ科のダイオウの根茎

性味：苦、寒

帰経：脾、胃、大腸、肝、心包

薬能：瀉熱通陽、清熱瀉火、涼血解毒、行瘀破積、清化湿熱



大承気湯

大黃2、厚朴5、枳実3、芒硝1.3、中医量は大黃12 g、芒硝9 g

効能：峻下熱結

主治：熱結腸胃（陽明病臟腑実証）

法により瘀血と便秘を瀉す

● 桃核承気湯

『傷寒論』

桂皮4、大黃3、甘草1.5、芒硝0.9、桃仁5

効能：破血化瘀

主治：畜血証

血瘀内熱による頭痛、のぼせ、頭が張る

気分のイライラ、目の充血など火旺の症状に用いる

15. 旱蓮草/女貞子

～肝腎陰虚に自費薬を活かす～

肝腎陰虚

肝血不足

眼精疲労、羞明、立ちくらみ、爪荒れ、抜け毛、筋肉の痙攣、こむら返り、生理不順

肝陰虚

肝血虚に加えて津液も不足する
津液による熱のクールダウンが行えない
手足のほてり、寝汗、口の渇き、ドライアイ

腎陰虚

腰や膝の重だるさ、頭のふらつき、記憶の低下



旱蓮草

キク科のタカサブロウの全草

性味：甘、酸、寒

帰経：肝、腎

薬能：養肝益腎、烏髪固齒、涼血止血

応用：肝腎陰虚のめまい、ふらつき、歯の動揺、早期白髪

陰虚火旺、血熱妄行による鼻出血、吐血、咯血、血便、血尿

女貞子

モクセイ科のトウダイネズミモチの成熟果実

性味：甘苦涼

帰経：肝、腎

葉能：滋腎養肝、烏髮明目、清虚熱

肝腎陰虚の早期白髪、腰膝がだるい、頭のふらつき、めまい、潮熱、視力減退、目のかすみ

女貞子末はのぼせを治し、疲労感を改善する

二至丸

旱蓮草、女貞子

効能：補陽肝腎

主治：肝腎陰虚

肝腎陰虚による腰のだるさ、遺精、頭のふらつき
目のかすみ、のぼせ、不眠、多夢、白髪

まとめ

- のぼせに関して更年期にみられるエストロゲン欠乏症としてのホットフラッシュについて漢方とHRTの使い分けについて述べた。
- のぼせは急性の顔面周辺の症状、ほてりは四肢も含めた顔面以外の慢性の症状についてのべることが多い。
- のぼせほてりについて、生薬を軸にしてその運用を中心に述べた。取り上げた生薬は桂枝、牡丹皮、地黄、薄荷、山梔子、麦門冬、釣藤鈎、石膏、滑石、黄連、茵陳蒿、大黄で、それぞれの生薬は気逆、瘀血、陰虚、肝陽上亢、肺陰虚、陽明腑熱、血熱、湿熱、熱結の病態に対応する。処方としては、桂枝湯、桂枝茯苓丸、加味逍遙散、麦門冬湯、釣藤散、白虎加人參湯、猪苓湯、黄連解毒湯、茵陳五苓散、桃核承氣湯などである。のぼせ、ほてりに悩む病人さんの病態はそれぞれ異なる。これらの処方や生薬を多彩な戦略のもとに、対応して行くことが重要である。