

漢法苞徳塾資料	No. 134
区分	治療論・各論
タイトル	暑気あたり～夏の病～
著者	八木素萌
作成日	1990.07.29

◎暑い季節に良く見られる症候と治療を検討する。

最近の生活は冷房が発達し、家庭には冷蔵庫と冷房があるのが当前になり、交通手段が行き届いて運動不足が一般化している事や、食事傾向の大きな変化などの為に、夏の病気も大いに様変りを見せている。◆夏かぜ◆冷房病◆夏の下痢◆食欲不振◆倦怠◆暑さ当たり◆毒虫刺され◆汗も◆不眠◆その他について検討してみたい。

◎季節特性と身体的傾向の問題

【イ】梅雨が明けて酷暑の時期は「長夏」に当たる。五行的には「土」の性質の季節である。「旺相死囚休」論から言えば、旺＝土＝脾・相＝金＝肺・死＝水＝腎・囚＝木＝肝・休＝火＝心の関係にある時期である。邪気として作用しやすい「季節の主気」は「湿熱」とも「暑湿」とも言われる。季節の旺気の影響で尤も強く剋制を受けているのは「腎・水」であり、「子育てを終ってホッと一息」の状態にあるのが「心・火」である、これは「負担からまぬがれて楽になっている筈であるが、油断から病邪を受けやすい」状態でもあるのである。

【ロ】身体は外気の暑さの影響で、熱が籠る為の障害を起こす事が無いように、余分な体熱を捨てやすい状態になっている。動脈血は夏には浅表部を流れる割合が多くなっている、冬には体熱を外界に奪われないように深部に多く流れるのと好対照を為している。体熱は主に汗によって体外に捨てるので、湿度が高いと汗の蒸散がうまく行かないから不快である。発汗は津液の消耗でもあるから、保津の為に水分を欲する事になる。「汗ハ心ノ液」「津ハ血ノ化」であるから適切な保津・補津が必要になる。

【ハ】玄府（汗孔）の開闔は腎の主りであるが、玄府は腠理にあるので皮毛腠理と衛表を主る肺の影響を強く受けている、そして気は肺に属している。汗は津液であり、この津液は膀胱の主るものである。この津液は「火」の「化」を受けて「気化」して経脈を介して肌表に行き渡ってこれを潤し温め「衛気」として機能する。また、「気化」には「腎陽」と「三焦」の津液を輸送し機能させる働きと「肺」の「気化」作用がなければ「火化」は空転するばかりとなる。

【二】長夏の「主気」である「暑湿」が邪気となる場合には、「休＝火＝心」が「邪」を受けやすい状態にあるので、「暑湿」の内の暑熱の要素の「火」性が「火」性の臓腑〈心包・小腸・三焦〉に向かいやすい事になる。「土」性の臓腑〈脾胃〉は季節と共に旺気しているので「邪」を拒む力が強くなっている、故に「暑湿」の内の「土」性の「湿」は「土」性の臓腑には向かいにくいのである。季節の剋制を最も受けて虚しているのは「水」性の臓腑〈腎・膀胱〉である。故に「熱病」が主。

【二】陽気の盛んな夏に十分にその陽気を採り入れる事は、夏における養生の根本である。それは衛表に力を付けることになるのは、夏に戸外で適切な運動や作業を行なった場合の発汗状態に見ることが出来る。衛陽が良好である場合には発汗は陽性で、不要になると皮膚は能率良く収斂して汗は止まってしまう、そしてスグに皮膚はサラリと乾燥して汗の塩分の乾燥による粉が付着して残っているのである。衛表の状態が健全では無い場合には、汗は陰性にジトジトとした状態で出て、日当たりから涼しい所に移っても、皮膚はサラリとするようにはなかなかならないのである。夏には身体は暑さには適応しているが、寒えには適応を欠いている状態にある、この点が重要な所である。

◎暑気当たり（中暑）〈日射病・熱射病〉

短時間の幻暈して突然昏倒し人事不省になる、心悸し悪心を覚えノボセ感が強く、立って居られなくなってしまうがみ込み意識は混濁する、等の症状を現わす急性のもので〈日射病・熱射病〉と呼ばれている、これは「厥」である。此の場合には「厥」の状態を見定めて対処する。

この他に「温病」論に言う「傷暑」・「中暑」・「暑湿」・「暑温」・「湿熱病」＝「湿温」・「伏暑」などと分類されている病症で、通俗的に言われている「暑気当たり」「中暑」に相当する。

☆「暑温」

呉鞠通の『温病条辨』に記述されている。病形は傷寒に似ているが、傷寒の場合には悪寒してのちに発熱するが「暑温」の場合には発熱してのちに悪寒する。発熱悪寒し・口渴甚だしく・大汗出て・顔は赤くなり・頭痛嘔吐し・脈は洪大で数となり・左手の脈は右の脈よりも小さい、これは暑熱が陽明の「気分」の強い症状を現わしている事を意味する。肺と胃に暑熱が盛んな事を示している。白虎湯を用いて治療する。また若し脈が洪を現わしている場合には高熱の為に「気陰」が消耗している事が判かる。この場合には白虎加人参湯となる。

▲熱による病の場合に症候の上で共通する一般的な症状は、熱が衛表を冒して多汗・高熱・のぼせて顔は赤く・呼吸はあえぐ・多汗と高熱は津液を傷損する、この為に口渴し・煩燥し・頭痛し・吐き気がある、津液が失われるのはつまり陰虚であり、大汗を泄らすのは衛表の固摂の機能が損なわれている事つまり陽虚・気虚である事を示している。このため脈は「洪数」になり、舌は紅または絳で、苔は黄色や焦茶で厚くなる。

高熱が精神状態に影響して譫妄を起こすに至る。また、衛分の症状は無いが極めて短期間で気分の陽明証から始まる、それ故、呉鞠通『温病条辨』は「右脈洪大ニシテ数・左脈反ツテ右ヨリ小」と、「暑温」を記述している時に述べている。「暑」による病のうち最も軽いのは「傷暑」で、「暑温」は病勢は急で重篤であると認識されている。

【註】「暑温」の症状は、高熱が退かず・煩渴して発汗が多い・頭痛嘔吐し・嗜眠あるいは譫妄する。脈は洪・数または沈・数で、舌は絳で苔は厚膩または黄色でムラに厚く垢付いた様である。「暑温」には「熱」因に偏ったものと、「湿」因に偏ったものがあり、症状に差異がある。「清暑泄熱して衛氣と津液とを収斂させる」法で対処する。「暑邪」が心を冒して熱が營血の分に入ると、精神神経症状が現われ・筋肉や筋は痙攣したり引きつれたりし・手足は厥逆して冷たくなっている。所謂、「暑厥」とか「暑風」と言う症状である。「暑厥」＝「暑風」の場合には、意識の回復をはかって後に「清心滌痰」「鎮痙熄風」の法で対処する。

☆「湿温」＝「湿熱」・「暑湿」

「暑ハ湿ヲ挟ム」と言われるが「長夏＝土＝脾」の五行配当に見られる「土」は「湿」を含むから、夏の暑さによって「湿」が立ち籠める事になるので、長夏に邪となるのは「暑湿」である。この「暑湿」の邪のうち「湿」の側面を強く受けたのが病としての「湿温」＝「湿熱」である。「湿」は「脾」に親和性が強いので「脾」の機能が阻害される、従って「湿温」＝「湿熱」の症状は、顔色は垢付いたような黄色で・四肢身体の倦怠感が強く・微熱がシツコク・食欲不振となり・頭は物に覆われているように晴れ晴れとせず不快で多汗・胸脘に痞えがあつてつらい・むかついたり嘔吐することもあり・腹は脹って下痢をする・便は黄色のベタベタ便や水様便となる、脈は濡・数で、舌は紅色で苔は厚膩である。「宣暑利湿」法で対処する。

☆「傷暑」

「暑熱」の邪による病の中では軽症と言える。症状は、頭暈・頭痛し、全身的な違和感があり・倦怠感無力感を覚え・微熱で汗多く・心煩して口渇あり・胸の痞えを感じて不快であり・小便は色が濃く出渋り尿量も少ない。脈は大抵は濡・数であり、舌は紅で苔は薄膩である。「清暑泄熱」の法で対処する。

☆「中暑」

「暑熱」による病の中では重症であり、突発的に高熱になり顔色はノボセと熱で赤くなる・頭痛と頭暈があり・多汗で呼吸はあえぎノドはカラカラに渴き・胸苦しく吐き気がある・甚だしいときには突然に昏倒して意識を喪失する・人事不省になり手足は厥冷している・脈は洪・数や濡または沈・伏であり、舌苔は垢・膩である。昏倒して意識喪失しているものは先ず覚醒の措置を講じる。「清暑益氣」法で治す。

◎夏かぜ

俗に「夏かぜ」と言われているものには「傷暑」に相当するものが少なくない。所謂「寝冷え」と「冷房」による冷やし過ぎが大部分である。軽いものは、朝粥で発汗するとか朝湯で汗をかくだけとか午前中に日光の中での軽い運動や作業による発汗などで治ってしまう。症状はアレルギー病のようなもの、頭暈・頭痛・咳嗽・自汗・口渴などの症状のもの（「傷暑」とまでは言い切れない程度）、本人は「夏かぜ」と思っていないが、肩凝り・頭冒頭重・倦怠・かすかな寒む気・やや汗ばみやすい、等の症状のものがある。治療は「微熱の有無」「口渴の有無」「胸脇の痞えや煩燥などの有無」「小便の赤洪の有無」「食欲の状態」を診定し証に応じて行なう。「傷暑」に近いものは「傷暑」に準じて対処する。重要な点は、夏の身体は体熱が籠らないように発汗しやすくなっている点・玄府の開闔が良好な場合には発汗は陽性で汗が止まれば肌はサラリと乾くものである点・発汗の大過は津液を傷害する点・土気の季節で水気は土の制剋を受ける「旺相死囚休」の「死」期に在る点であるから、「水」＝「陰」の傷損と「衛表の虚」＝「気虚」とを防ぐ事である。

◎冷房病

玄府が開きやすい状態にあるのが普通で、これによって熱が籠るのを防いでいる、これが夏の身体的状況であるのに、人工的な環境で、冷気の冒されたものである。頭痛・肩背の凝り・関節痛・鼻炎・喉痒・倦怠・浮腫・時には下痢・軟便・小便不利などの症候を見る。治療は衛表の気の行りを良くすることが基本である。「ノボセ」感が強い為に冷やし過ぎていると見られるものには、過冷の為の「衛陽外束」を微に発汗させて肌表をくつろがせて（解肌して）のち、「清表」＝肌表と上半身の鬱熱を清ます治療を施す必要がある。他は証に従って施治する。「ノボセ」は陽実のものは陽明の気血の熱を瀉す事が大切である。陰虚によるものは「水」陰を十分に補す事が大切である。

浮腫・小便不利は、「暑湿」の湿性が邪としてより強く作用しているもので、脾・肺・腎のうち「脾」が多く関わっている。少腹の腫脹は「肝・腎」・腹満脹して四肢浮腫して経水不利は「脾」・腹臈脹は「胃」・大腹腫脹して上逆して喘咳するものは「腎・肺」の病変・「風水」＝「腎風」も夏にしばしば見られる。「風水」＝「腎風」は、臥蚕が腫れ・腹鳴し・口は渴き苦い・小便は色が濃くなり・月経は来ず・身体は重く動くのにオックウで不自由・悪心して食事が進まない（口がまずい）・背臥（仰臥）すると咳が甚だしくて背臥（仰臥）できない・浮脈である等の症状である。治療は「水腫の理解と治療」を参照の事

◎食欲不振

「傷暑」「中暑」「湿温」によるものはそれぞれの証に応じた治療をする。他は「夏の下痢」欄を参照すること、つまり、「夏の下痢」が始まる一歩手前の状態が大部分であるから。

◎夏の下痢

夏の下痢には「湿温」＝「湿熱」によるものもあるので、前述の所を参照の事。消化不良の下痢は『難経』五十七難に記述されているように黄色便の「胃泄」である。「脾泄」の場合は「腹脹満・泄注・食即嘔吐逆」する、「大腸泄」は「食已窘迫・大便色白・腸鳴切痛」、「小腸泄」では「溲而便膿血・少腹痛」、「大瘕泄」は「裏急後重・数至圜而不能便・茎中痛」などの記述は参考にする事が適当。多くの場合は「胃泄」である。睡眠中に腹部を冷やす事・冷たい飲食物の多食・淡白な冷食による栄養の障害・等が胃の消化力を低下させている事が主な原因である、これは胃脾を温補すれば良い。いま一つは食中毒である、臍灸と裏内庭の灸が卓効する。最近では動物蛋白質の摂取過剰である人が多いが、夏にはこれの冷食・魚介類の生での多食も見られるが、その為の下痢もある。黒焦げにした食パンを暑い汁（ネギと生姜すまし汁で、さらに肉桂〈シナモン〉・胡椒・山椒の辛味を十分に効かせたもの）とパセリ一株を食させ、胃脾を温補すれば容易に治癒する。

◎倦怠

「傷暑」「中暑」「湿温」によるものは、それぞれの証に応じた治療を行なう。それほどでは無い「倦怠」は、暑さの為と言うよりは、夏の身体的特長の従わない生活の為である。発汗傾向は衛陽の気虚の気味となる事・栄養の偏りや不足や胃の冷やし過ぎの為である事・季節的には腎陰腎陽が虚し易い事・発汗過多は血虚となる事等が大切である。冷房の冷氣による外束が衛表にあるかどうかを診る事・口渇している事・ホテリがある事・発汗が陽性では無くなっている事・食欲減退が見られる事または味覚不全が生じている事等を確かめる必要がある。具体的な治療では証に応じて対処する。一般的に言えば、所謂「夏バテ」の人は、肩背部と下腹部を温補する必要がある場合が非常に多い。

◎虫傷

痒癢の激しいものは咬刺口に灸をすえれば即座に効果がある。蜂に刺されて痛みのみでなく激しい腫脹と発熱倦怠などがある場合やその恐れがある場合は燔鍼が最も効果がある。燔鍼はクラゲに刺された場合には疑問であるとの説があるが不明である。毒蛾・アオバアリガタハネカクシなどの場合は鍼灸治療での経験が無いので不明、刺絡？

◎あせも（汗疱）

酷暑の初期中期には割合に少ないもので、発汗が陽性では無くなって後に出てくるものである。この点に治療上の示唆がある、つまり、衛表と血を補う事である。

◎不眠

「暑くて眠れなかった」と言う程度のものは不眠症ではない。この場合でも「ホテリ」「ノボセ」が問題なのである。もともと夜になれば人体の陽気は陰の分に沈んで陰分を行き養う事になるから睡眠するのであり、朝になれば陽分を行き温煦するから活動できるので、と言うのが東洋医学の認識

である。夏は陽気の非常に多い季節であるから『素問』四気調神大論第2に論じているように「晩く寝て早朝に起きる」のが理に適っている訳であるから、「眠れない」のが問題であるよりも、「倦怠感」「ホテリ感」「ノボセ感」「食思不振」などの違和感を「眠れない」せいになっている点を見抜く必要がある。従って「清熱補衛米」で対処するのである。

◎その他

全て長夏の季節の身体的な生理的特長と「季節の主気」が「邪」として作用する場合の特徴を、病人別に具体的に考慮して、「証」に応じて対処すれば良い。