

フレイル治療にも有効な漢方



2024.2
no.204

飯塚病院だより

飯塚病院だより no. 204

2024年(令和6年)2月10日 編集・発行 飯塚病院 広報課 印刷 マツオ印刷株式会社

漢方診療科よりごあいさつ

飯塚病院漢方診療科は、平成4年に開設され、今年で32年目を迎えました。当科は漢方エキス製剤だけでなく煎じ薬も用いて、外来から入院まで診ている日本でも稀な診療科です。

また、総合病院という特徴を活かし、必要に応じて他科と協力した診療を行っています。検査や西洋医学的な治療なども併用して、東西の医療を融合させた、満足度の高い診療を目指しています。

今回の特集では、フレイルについて漢方的な考えに基づいた解説や使用する漢方薬をご紹介します。フレイルと聞くと、日頃の運動や食生活、社会参加など、高齢の方がご自身で予防・治療に取り組んでいただくイメージが強いと思いますが、漢方診療科では、患者さんの症状に応じた漢方薬での治療を行っています。

本紙を通して、ご自身や身近な方のフレイル予防・治療について関心をお持ちいただく機会になればと思います。

監修 漢方診療科部長 井上博喜

01 飯塚市小中学校

キャリア教育事業に
出展しています！



飯塚病院は2023年8月29日よりスタートした「飯塚市小中学校キャリア教育事業(主催:飯塚市教育委員会)へ協賛し、その中で病院ブースを出展しています。
本事業は飯塚市立の小中学校に通う小学5年生と中学1年生を対象とした体験型の経済教育プログラムとなっています。企業が出展するブースを使用して、社会と経済の仕組みや将来設計、地域との連携などを学ぶことができます。
飯塚病院のブースでは、当院の取り組みや役割を紹介するとともに医療費の情報を提供しています。

02

当院では術後疼痛管理
に取り組んでいます



手術を受ける患者さんにとって、心配ごとの一つに手術後の痛みがあげられます。医療用語では「術後疼痛」と呼ばれています。術後疼痛が適切に管理されない、痛み以外にも吐き気や眠気などを生じ、リハビリの妨げになります。リハビリが進まないと、様々な合併症のリスクにつながります。
当院では2023年5月に医師、看護師、薬剤師、理学療法士でチームを構成し、「術後疼痛管理チーム」を立ち上げました。リハビリを円滑に行うことを目標に、各職種の専門知識を駆使して最適な術後疼痛管理をサポートしています。今後も活動を継続し、患者さんにとって最適な疼痛管理を実施していきます。

03

飯塚病院公式LINEで
医療に関する「知っ得」
情報をお届けしています。

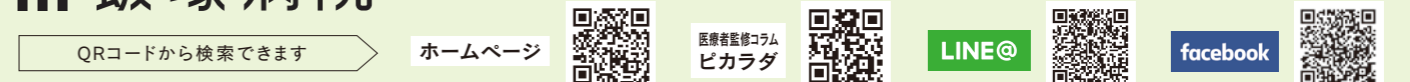
友だち登録して最新情報をゲットしてください！
友だち登録の手順

- QRコードから友だち追加
- ① LINEアプリの「友だち追加」↓ QRコード
- ② 左のQRコードを撮影
- ③ 追加をタップで登録完了
- ID検索から友だち追加
- ① LINEアプリの「友だち追加」↓ 検索
- ② 「ID」を選択 ↓ @qsu3427a1 を入力
- ③ 追加をタップで登録完了



iii 飯塚病院

〒820-8505 福岡県飯塚市芳雄町3-83 Tel.0948-22-3800(代表)



特集 フレイル治療にも有効な漢方

皆さんは「フレイル」という言葉を存じてでしょうか？

高齢化が進む中で、健康寿命を伸ばすための取り組みの一つに「フレイル」の予防や治療が注目されています。今回は漢方的な考えに基づいた解説や使用する漢方薬を紹介していきます。

「フレイル」とは？

フレイルは厚生労働省研究班の報告書では「加齢とともに心身の活力(運動機能や認知機能等)が低下し、複数の慢性疾患の併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態であるが、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像」とされています。わかりやすくいえば「加齢により心身が衰えた状態だが、早く介入して対策を行えば元の健康な状態に戻る可能性がある段階」のことです。

フレイルの評価基準は、図1の5項目中3項目以上該当するとフレイル、1または2項目だけの場合にはフレイルの前段階であるプレフレイルと判断します。

※厚生労働科学研究費補助金長寿科学総合研究事業
後期高齢者の保健事業のあり方に関する研究
総括研究報告書
研究代表者 鈴木隆雄

【図1】

フレイルの評価基準		
項目	評価基準	
<input type="checkbox"/>	体重減少	6ヶ月で2～3kgの体重減少
<input type="checkbox"/>	筋力低下	握力：男性<26kg 女性<18kg
<input type="checkbox"/>	疲労感	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする
<input type="checkbox"/>	歩行速度	通常歩行速度<1.0m/秒
<input type="checkbox"/>	身体活動	①軽い運動・体操をしていますか？ ②定期的な運動・スポーツをしていますか？ 上記の2つのいずれも「していない」と回答

フレイル……3つ以上に該当 プレフレイル……1～2つに該当

フレイルサイクルにはこのような身体的要因に加えて、認知機能低下などの精神的・心理的要因から意欲が低下し、社会交流や活動量の減少につながるケースもあります。

漢方を用いた治療について

フレイルサイクルの中に漢方治療の良い適応となるポイントがいくつかあります。今回はサイクル内の①加齢、慢性的な疾患②食欲・食事摂取量低下、易疲労性(疲れやすさ)③筋力・筋肉量減少④認知機能低下の4つに対する漢方的な考え方や漢方薬をご紹介します。

①加齢・慢性的な疾患

漢方の考えで「腎」というものがあります。腎は西洋医学の臓器「腎臓」と名称は同じですが、その実態は全く別物です。

親からもらった気(先天の気)を管理する臓器で、機能が衰えることを「腎虚」と呼びます。そのため腎虚の症状は加齢に伴う変化で、排尿異常(多尿、頻尿、夜間頻尿)や下半身の冷え、視力・聴力障害、腰下肢の脱力・しびれ・疼痛などがあります。腎虚に対する漢方薬には、**八味地黄丸**があり、下肢の脱力を含む加齢症状に有効な場合があります。

例えば、夜間頻尿と歩行速度低下を訴えて受診された患者さんには、夜間頻尿の改善と歩行に必要な筋力回復、脱力感の改善を目的に八味地黄丸の処方を行います。



②食欲・食事摂取量低下、易疲労性

漢方では、目には見えませんが体を動かすために必要なエネルギーである「気」という考え方があります。食欲・食事摂取量低下や易疲労性は、気が不足した状態である「気虚」に相当します。

気虚を改善するには、朝鮮人参を含む**六君子湯**や**人参湯**、**嘔吐降害**で食事が摂れない場合は、誤嚥予防に**半夏厚朴湯**を使用します。また、出口が渋滞していると入口から食物が入っていかないので、便秘がある場合には**麻子仁丸**などを使用することがあります。

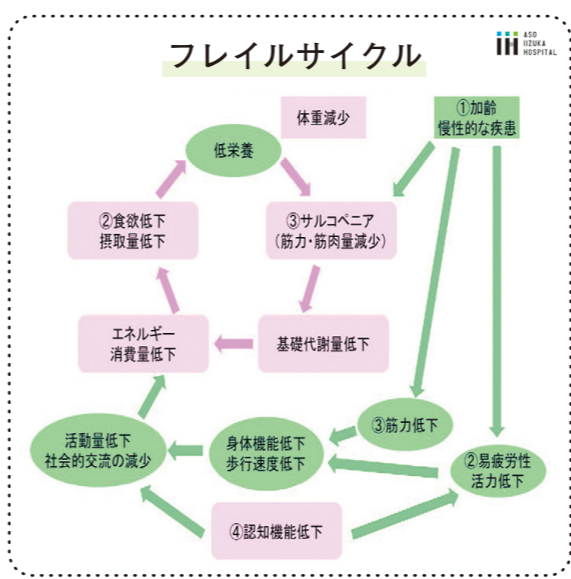
③筋力・筋肉量減少

漢方では食物の栄養分を消化管から吸収し、その栄養分を血液で筋肉に運ぶことで筋肉を育てると考えます。そのため、消化管が弱った状態である「脾虚」や血液の働きが不足した状態である「血虚」では筋力・筋肉量減少をきたします。例えば、脾虚の場合は**黄耆建中湯**、血虚の場合は**四物湯**を含む漢方薬を処方することがあります。また、手術後のリハビリが思うように進まない患者さんには、筋力・筋肉量の

フレイルサイクルは悪循環？

加齢や慢性的な疾患により筋力や筋肉量が減少すると、活動量が減り、エネルギー消費量も低下します。そうすると食欲がなくなり食事摂取量が減ります。その結果、低栄養になり、さらに筋力や筋肉量が減少していきます。こうした悪循環をフレイルサイクルと呼びます。(図2)

【図2】



回復を目的に四物湯の処方を行うことができます。

④認知機能低下

認知症の症状は「中核症状」と「行動・心理症状」：BPSDに分かれます。「中核症状」とは、記憶障害や理解・判断力の低下などです。「BPSD」は興奮や攻撃的行動などの過活動症状と抑うつや意欲低下などの低活動症状に分かれます。BPSDによく使用される**抑肝散**は過活動症状には有効ですが低活動症状には無効です。低活動症状には**釣藤散**などが使用されます。例えば、リハビリに対する意欲が低い状態の患者さんには、意欲改善を目的に釣藤散を処方することがあります。



まとめ

ご家族や身近な方などでフレイルかなと思われる場合や、フレイルに対する漢方治療について興味がある方は、ぜひ一度ご相談ください。またフレイルに限らず、いろいろな疾患に対する漢方治療についても、当科のホームページで詳しく説明していますので、一度アクセスしてみてください。



漢方診療科
ホームページ