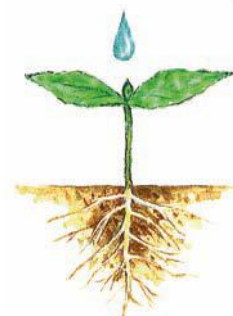


せせらぎ SeSeragi

漢方のよさ No.133 号 ～ 頭痛 II ～

発行日：2016年4月5日(火)

発行者：浮田 徹也



発行所：医療法人 せせらぎ会 浮田クリニック

〒520-0242 滋賀県大津市本堅田 6-36-1

☎077-574-3751 ☎077-574-3792

🖨 HP: <http://www.ukita.gr.jp>

✉ e-mail: kanpou@ukita.gr.jp

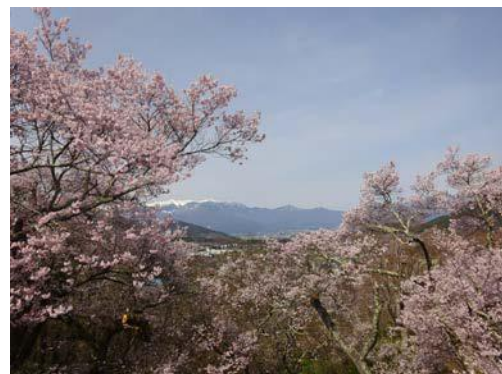
諏訪から伊那に入る門戸で、駿河・遠江に進出するために重要な地点の高遠地方は古くから諏訪氏の勢力圏内にあり、南北朝の頃からその支族である高遠氏が支配していたが、天文年間武田信玄の侵略にあい、その旗下に属した。武田信玄の五男仁科五郎盛信が織田信忠と戦い、壮絶な死を遂げた高遠城は三峰川と藤沢川に削られた断崖上の突端にあって、段丘の上から見れば平城のようだが、他の三方から見ると川敷きから80mの高い丘の上にある山城の姿で、平山城と呼ばれていたが、廃藩置県で城は撤去された。荒廃した高遠城址に、明治8年旧藩士達が植えた高遠桜は、タカトコヒガンザクラと呼ばれ、ソメイヨシノより少し小ぶりですが赤みのある桜だ。かつて馬の姿が桜の花に埋もれて隠れるほど咲いたといわれる。高遠城址公園には約1,500本もの桜があり、古くから「天下第一の桜」と称され、「桜の日本三大名所」「さくら名所日本100選」にも選ばれ、シーズンには、25万人以上の観光客が訪れるそうだ。

高遠藩士の師弟が学んだ藩校、進徳館(しんとくかん)休憩所・会合の場所として利用されている高遠閣、桜の枝が欄干まで垂れる桜雲橋、高遠公園の碑、西角に内藤家の先祖を祀った藤原神社と、仁科盛信を祀った新城神の合殿、時を知らせた太鼓櫓、名医須田経哲の碑、高遠の画家中村不折の像、高遠の学を確立した中村元恒、元起父子の記念碑、伊沢多喜男の無字の碑等、萩原井泉水の句碑、公園は歴史の丘だ。高遠を訪れる楽しみの一つは高遠そばです。中でも、ご城下どおり沿いの120年前の土蔵の中で食べる「壱刻」の石臼で挽いた地元産(高遠産、八ヶ岳産)のそば粉で作ったそばは格別だ。そばの挽き方や打ち方を変えた二八、十割「丸(まる)」(外皮を除いたそばの実を細かく挽いた粉で打った十割そば)、十割「丈(ますらを)」(コクと甘みの特徴のしっかりと噛んで食べる平打ち十割そば)、十割「玄(くろ)」(玄蕎麦を殻付きのまま粗挽きした味の濃い中太十割そば)を大根の搾り汁に焼き味噌を溶かしたつゆで食べれる。

頭痛のお話。せせらぎ43号、47号、79号も参照してください。

怖くない頭痛(一次性頭痛)の「片頭痛」はストレスから解放された時、仕事の無い週末、寝過ぎで急に血管が拡張して発症。女性ホルモンの変動、空腹、疲労、光や音の強い刺激なども関係し、直前に肩こりやこめかみから目のあたりのズキンズキンと心臓の拍動に合わせるような痛みを感じる。頭の片側あるいは両側が痛み、日常生活に支障がでて、体を動かして頭の位置を変えると痛みが増幅し、吐き気、嘔吐、下痢などを伴い、光、音、におい、気圧や温度の変化に対し敏感になる。痛みがはじまると2～3日間は続き、1ヶ月に1、2度から1週間に1回と周期的に頭痛を繰り返す。

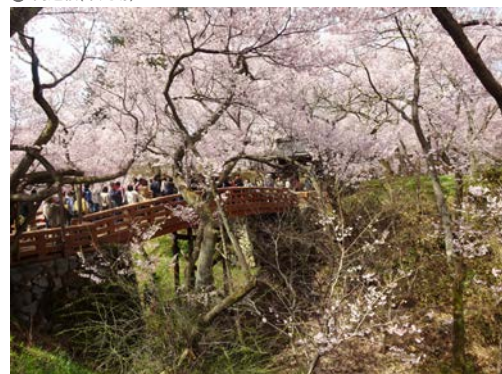
次に「緊張型頭痛」は、側頭部や肩や首の筋肉が緊張し、血流が悪くなり起きる痛みである。精神的・身体的ストレスで、コンピューター操作で長時間同じ姿勢をとり続けている人に起こりやすい。筋肉の緊張ではなく、うつ病など心の病気が原因となることもあり、「片頭痛」を併せ持つ人もいる。一方、午後から夕方にかけて、目の疲れや倦怠感などとともに痛みが現れやすく、後頭部から首筋を中心に頭全体がギュウツとしめつけられるように痛むが、吐き気や嘔吐などといった症状は現れず、日常生活への支障も少ないが、数時間から数ヶ月以上も続く場合がある。



① 高遠桜(中央7/7 スを望む 高遠城址公園)



② 高遠桜(本丸跡)



③ 高遠桜(黄雲橋)



④ 高遠桜(三峰川から望む)

「群発頭痛」は、頭痛がある期間毎日のように決まった時間に集中して1～2時間、片目の奥がえぐられるよう、じっとしていられないほどの痛さである。男性に多いのも特徴で、目のかすみ、首のはりなどの前触れや目の充血、涙目、鼻水などの自律神経症状を伴う。

怖い頭痛(二次性頭痛)の「くも膜下出血」今まで経験したことがない突然の激しい痛みで、ガーンとする衝撃感、気が遠くなる感じや、めまい感などの異変が、いきなり起こり、意識を失うこともある。脳腫瘍による頭痛は、突然に起こることはあまりなく、数カ月から数週間かけて徐々に強くなっていき、頭痛に手足のシビレやマヒ、眼の見えにくさ、けいれんなどの神経症状を伴う。その他の二次性頭痛には、髄膜炎、高血圧、低酸素血症、頭蓋骨・頸・眼・耳・鼻・副鼻腔・歯・口の病気によるものがある。

では、**実例**に移ります。

37歳女性、**頭痛**、食欲不振、腰痛、手足の冷え、肩こりを訴えて来院。128/78。顔色は両側ほほ紅潮、便1/3日。脈沈弱遅、舌は淡紅、乾厚黄苔、舌下静脈怒張。腹は緊張なく、心下痞、胃内停水。そこで、半夏白朮天麻湯+附子処方。1ヶ月後食欲改善したが、頭痛、腰痛、手足の冷え、肩こりなどは変わらない。そこで、半夏白朮天麻湯+五苓散+附子(増量)処方。3ヶ月後、頭痛、腰痛、手足の冷え、肩こりなどもなくなった。5ヶ月後、薬を時々のみ忘れると頭痛が起こった。1年後、薬を1日2回服用すれば症状が起こらなくなった。2年後、薬を1日1回服用すれば症状が起こらなくなり廃薬した。

54歳女性、**不眠**、のぼせ、動悸、焦燥感、不安感、疲労感、食欲不振、158cm、53kg。顔は不良、お腹は軟らかく、胸脇苦満軽度、心下痞硬(+)、臍上悸(+)、両側臍傍抵抗圧痛(+)、臍下不仁(+)、壇中圧痛。脈は沈弦数。舌、紫紅色、乾薄白苔、舌下静脈軽度怒張。夜になると、動悸、不安感、焦燥感、疲労感が強く、寝付が悪く、2時間毎に目が開き、夢を多く見る。外出しようとするときドキドキしてきて一人で出れない。朝も体がだるくてなかなかベッドから起きることが出来ない。食欲もわからない。孫の守も疲れるのでできない。そこで、補中益気湯+香蘇散(朝昼)、抑肝散(夕)、酸棗仁湯(眠前)、桂枝甘草湯(動悸や焦燥感時に頓服)、ソナックス(朝昼夕)を処方。1ヶ月後、疲れ、焦燥感、動悸は減少。2ヶ月後、食欲不振、疲労感減少。3ヶ月後、不眠、赤不安感減少。2年後の現在も同処方です日常生活を送れるようになっている。

32歳女性、**月経前緊張症**、160cm、53kg、以前から、生理前1週間、憂うつ、イライラ、耳閉、肩こり、頭痛、乳房痛、便秘(1/3日)に悩んでいたが、最近、転職後症状が更に激しくなり、生理中も生理後も疲れるようになり、生理痛も鎮痛剤で効かなくなった。手足の冷え、不眠(寝付が悪く、中途覚醒する)も強くなり始めた。顔、両頬紅潮、首が痒い。腹部の弾力性は弱い。胸脇苦満(+)、心下痞硬(+)、胃内停水(-)、鳩尾圧(+)、腹直筋緊張(-)、臍傍抵抗圧痛(+)、臍上悸(+)、臍下悸(+)、臍下不仁(+)、下腹部抵抗圧痛(右(+)、左(+))、鼠径部圧痛(右(-)、左(+))。脈、沈遅弦細。舌、淡暗紅、乾、薄白苔、舌下静脈怒張(+)。加味逍遙散+香蘇散+修治附子+サワリ処方。1ヶ月後、生理前1週間の憂うつ、イライラ、耳閉、肩こり、頭痛、乳房痛が軽減した。そこで、同処方。2ヶ月後、生理痛、足の冷え、不眠、首の痒みが治らない。そこで、加味逍遙散+香蘇散+桂枝茯苓丸+修治附子(増量)+サワリ処方。生理痛と冷えが改善してきた。6ヶ月後、不眠症と首の痒みに対するため、加味逍遙散+温清飲+サワリ(眠前黄連解毒湯+酸棗仁湯)処方。8ヶ月後、諸症状が改善してきた。廃薬には時間がかかりそうである。

13歳男性、150cm、39kg、**アトピー性皮膚炎**で全身がかゆい。新生児のころから、皮膚がジグジグして湿疹が全身に出たので、皮膚科を受診してステロイド外用薬を使用したり、漢方専門医療機関で煎じ薬と入浴剤の処方を受けた。全身カサカサし、赤みもあり、部分的にジグジグしている。顔は赤ら顔で、目の周囲が特に赤い。脈は浮大、舌は淡紅色、薄白苔を認め、腹は柔らかく、両側に脇胸苦満はあるが、耳閉感やのどのつまり感や不眠はない。

顔色良好、腹部緊張中程度、胸脇苦満、心下痞硬、鳩尾穴圧痛、臍傍抵抗圧痛。舌は淡紅色、乾白苔、舌下静脈怒張。そこで、蒼朮、沢瀉、猪苓、黄耆、地黄、当帰、芍薬、天門冬、麦門冬、黄柏、陳皮、知母、粳米、石膏、甘草を処方。3ヶ月後、痒みや赤味や湿潤が改善してきた。そこで、石膏と知母を増量した。6ヶ月後、皮膚の赤さが減った。石膏と黄柏を減量した。1年後、皮膚に潤いが出てきた。蒼朮、黄耆、地黄、当帰、芍薬、天門冬、麦門冬、黄柏、陳皮、知母を処方。2年後、同処方継続。

[院長]

不眠

睡眠剤に相当する漢方薬はありません。肝(怒り、腹立ち)、心(心配、不安)、腎(恐れ、おどおど感)、脾(抑うつ、あせり)、肺(悲しみ、憂うつ)の不調和が原因と考える。生活、仕事、家族や知人関係、季節(気温、湿度・・・)なども関係する。



月経前緊張症

月経前3日～10日に、いろいろ、のぼせ、下腹部膨満感、下腹部痛、腰痛、憂鬱、落ち着かない、頭痛、乳房痛、はきけ、むくみ(顔、手足)、皮膚症状、便秘などをいつも感じていませんか。でも、月経が終わると症状が消えませんか。このような方の治療には漢方薬が適している。体と心の不調を改善することができます。何か病気が隠されていないか血液や尿検査、超音波検査などを受けて安心することも大切です。



アトピー性皮膚炎

大人や子供のアトピー性皮膚炎の漢方治療をします。大人には、清熱剤、利尿剤、駆瘀血剤を中心に皮膚の熱や水ら感染を調整、子供には虚弱な体質(胃腸虚弱)を改善し、アレルギー体質の治療を実施します。その他、漢方外用薬、漢方入浴剤なども処方し、かさかさ、ジグジグ、痒みなどの苦痛から解放できるようお手伝いします。



剤型

エキス漢方薬：錠剤タイプの漢方薬と顆粒タイプの漢方薬があります。

漢方煎じ薬：良質の生薬を組み合わせた漢方薬。25～30分煮て作ります。当院の顆粒タイプの漢方薬は、胃になじみやすい反面、湿気に弱いので、乾燥剤の入った容器に入れ、しっかり蓋をして下さい。それでも固まる場合、冷蔵庫（冷凍庫）で保管して下さい。

適応症

便秘、頭痛、肩こり、腰痛、食欲不振、疲れ、冷え、むくみ、痛み、痺れ、動悸、めまい、ほてり、発熱、かゆみ、排尿障害…などすべての症状。

漢方薬のよく効く疾患

アトピー性皮膚炎、更年期障害、便秘、腰痛、肩こり、子宮内膜症、子宮筋腫、生理痛、冷え性、不妊症、低血圧、めまい、頭痛、下痢、動悸、過敏性大腸、慢性疲労、風邪、肥満、夏ばて、慢性肝炎、肝硬変、慢性胃炎、慢性脾炎、慢性胆嚢炎、胆石、胃十二指腸潰瘍、痛風、慢性膀胱炎、血尿、前立腺肥大、蕁麻疹、接触性皮膚炎、にきび、慢性中耳炎、慢性扁桃腺炎、慢性副鼻腔炎、口内炎、口腔乾燥、虚弱児、切迫流産、妊娠中毒症、産後回復不全、乳腺炎、乳汁分泌不全、乳腺症、上下肢浮腫、膝関節症、神経痛、帯状疱疹後神経痛、下肢静脈瘤、クーラー病…

漢方薬と西洋薬を併用することの多い疾患

高血圧、高脂血症、高コレステロール血症、アレルギー性鼻炎、不眠症、自律神経失調症、うつ病、骨粗鬆症、糖尿病、慢性関節リウマチ、痔、肝硬変、喘息、腎炎、甲状腺疾患、夜尿症、脳梗塞後遺症、脳出血後遺症、抗癌剤使用後倦怠感、抗癌剤使用時副作用…

エキス漢方薬と漢方煎じ薬

- ・軽症・中程度の病気：漢方製剤（顆粒あるいは錠剤）を組み合わせで治療。
- ・重症の病気、エキス剤が無効：漢方煎じ薬で治療。

女性の方、男性の方、お子様、高齢の方、ご相談下さい。

問診、望診（舌診）、聞診、切診（腹診と脈診）の東洋医学的診察法（四診）や検査（超音波、血液、便、尿、痰膿分泌物、心電図、骨量測定…

妊婦健診 携帯またはパソコン予約

当クリニックではWEB(携帯・PC)予約システムを導入しています。日時指定のご予約が可能です。

妊婦健診WEB予約受付時間

午前9:15～午後12:15 午後4:45～午後6:45

ご来院窓口受付時間

午前8:30～午後12:30 午後4:30～午後7:00

- 受付時間以内であればWEB予約受付終了後でも来院窓口で対応させていただきますが、予約の方が多い場合は待ち時間が長くなることがあります。
- 予約の方は余裕を持ってご来院ください。



分娩予約

妊娠20週までに 受付で予約をして下さい。ご来院がむづいようでしたら一度連絡を頂けましたら適宜ご対応させていただきますので、まずはご連絡下さい。予約された方には、入院誓約書、直接支払い制度合意書をお渡しします。

里帰り出産を予定されている方へ

当院は里帰り出産を受付けています。妊娠20～24週頃にスクリーニング外来（ママと赤ちゃんの状態をチェックします）にて診療いたしますので、ご予約お願いいたします。もし、時間の調整ができず、受けておられなくても里帰り出産は可能ですのでご連絡下さい。当院での妊婦健診は妊娠34週頃から受けて下さい。

分娩生活

正常分娩の場合、入院日を含め、初産婦の方は6日間、経産婦の方は5日間です。当院では立会い分娩を推奨しています（帝王切開を含む）。調乳及び飲み水は還元水を使用しています。

入院食（手作り）

厨房スタッフの作る心こもった手作り料理です。旬の素材、味付け、メニュー…など、絶えず工夫し研究しています。パンも焼き立てを用意します。退院前日、当院4階のレストランでディナーをお楽しみください。



※写真は一例です

ママのごほうびアロマトリートメント

ご分娩された方全員にボディアロマトリートメントをプレゼントしています。当院が行うアロマトリートメントはメディカルアロマセラピストが行うものです。問診表よりママの体調やアレルギーを考慮し、20種類の精油よりお一人ひとりに合わせて選び調合します。フランスの医療現場でも使われている最高品質のメディカルグレードの精油を使用しておりますので、産後の敏感な時期でも安心してトリートメントを受けていただけます。



至福のひと時をお過ごしください。

提携病院との密な連携診療

当院は、

- ・大津赤十字病院
産婦人科、新生児科
- ・大津市民病院
産婦人科
- ・滋賀医科大学付属病院
- ・京都大学医学部付属病院
- ・京都第一赤十字病院
産婦人科

の病院と提携していますので、妊婦さんや赤ちゃんに何かあればすぐに連携して診察に当たりますのでご安心ください。



産科医療補償制度

分娩により重度の脳性麻痺となった児及びその家族の経済的負担を補償し、原因分析と再発防止策を講ずるための制度。当院で通院方に、登録証を発行しています（妊娠16～22週）。詳細は受付でお聞きください。

ホームページ (<http://www.ukita.gr.jp>)

- ・トップページ（お知らせの欄、診療日程カレンダー）
- ・産科と婦人科のページ（入院、食事、各種教室、指導）（産検診、不妊症、更年期障害）
- ・漢方治療のページ（漢方治療）
- ・各検診と予防接種のページ（健診、プライダルチェック、予防接種）
- ・当院の施設案内、当院への交通（車、JR）

外来用診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前診療(午前9時～12時30分)							
産科	副院長	副院長	副院長	副院長	副院長	副院長	—
婦人科	院長	院長	院長	女性医師	院長 第1・3女性医師	女性医師	—
漢方科	院長	院長	院長	院長	院長	院長	—
予防接種・胎児スクリーニング(午後2時～4時) 乳児健診(午後2時～4時)							
予防接種	院長	—	院長	—	院長	—	—
胎児スクリーニング	副院長		副院長		副院長		
乳児健診	院長	城山医師	院長	—	院長	—	—
午後診療(午後4時30分～7時)							
産科	副院長	—	副院長	—	副院長	—	—
婦人科	院長		院長		院長		
漢方科	院長		院長		院長		

院長：浮田徹也、副院長：浮田真吾、女性医師：交代

■女性医師外来：

木曜日、土曜日および第1、3金曜日の対応となります。

■漢方専門医の漢方外来(月～土)：

内科、小児科、皮膚科、産婦人科、整形外科、耳鼻科、眼科など全科領域に対して、日本東洋医学会漢方専門医が診察及び治療します。当院は、日本東洋医学会漢方専門医研修施設に指定されています。

■産後母子健診：

火曜日・木曜日 9:30～予約制 お一人様30分枠 当院退院後5日目の赤ちゃんとお母さんの状態の診察と保健指導を行います。

■乳児健診：

毎週火曜日には、しろやま赤ちゃんこどもクリニック 城山医師による1ヶ月健診を行います。

毎週月 水 金曜日 は、院長による乳児健診を行います。

■胎児スクリーニング外来：

妊娠20-24週の方。月曜日 水曜日 金曜日 午後2時～4時、1人20分前後。予約制。

当院で分娩の方3000円 他院分娩の方5000円

■予防接種 ワクチン接種外来：

インフルエンザ、BCG、四種混合(DPT-IPV)、麻しん・風しん(MR)、日本脳炎、水ぼうそう、ポリオ、ロタウイルス、おたふくかぜ、Hib(インフルエンザ菌b型)、肺炎球菌ワクチン(小児用 プレベナー)(高齢者)、子宮頸癌予防ワクチン、その他

■母乳外来(電話予約制)：

退院した後のママと赤ちゃんの母乳相談や育児相談をプロの助産師がサポートします。

授乳や赤ちゃんの体重の増え方、ミルクの飲み具合等について何でもご相談下さい。

母乳相談：月～土 当院で出産された方 3000円 他院で出産された方 4500円

■不妊外来(月～土)：

タイミング指導やホルモン治療や漢方薬治療や精子検査を実施。人工授精も行っております。4月16日(土) 兵庫医科大学の医師による不妊外来もあります。

■更年期外来(月～土)：

漢方薬やホルモン剤やプラセンタ等による総合的な診察を行います。

■日本抗加齢学会専門医のアンチエイジング外来(月～土)：

更年期障害、産後乳汁分泌不全の場合は、健康保険での保険診療。その他のアンチエイジングの場合は、自費診療となります。

プラセンタ注射、プラセンタ内服薬やドリンク剤等取り揃えております。

その他、各種プラセンタ化粧品もありますのでご相談下さい。日本抗加齢学会専門医が対応します。

■助産師外来(月水金 午前中)：

当院の妊婦健診のうち、妊娠35週～36週頃の妊婦健診を助産師外来とさせていただきます。

皆さんお一人、お一人と触れ合いながら、おひとり 45分程度の時間(予約制)をかけ、「自分らしい」妊娠・出産・育児を創りあげていけるよう、パースプランに沿った支援を心がけます。母乳育児にそなえておっぱいのお手入れの方法もお話します。妊婦健診補助券を利用します。

(ただし、大津市以外の方は差額をお支払い頂く場合があります。)

■前・中期-ママクラス：

第1土曜日(10:00～12:00) 第3土曜日(13:30～15:30)

■後期-ママクラス：

第1木曜日(10:00～12:00) 第2,3,4土曜日(13:30～15:30)

■うきっこクラブ：

ジェニア第1木土曜日(14:00～16:00) ヒアス第3,4木曜日(10:00～12:00)

■ベビーマッサージ：

第2水曜日:10:00～11:30 13:00～14:30

■マタニティヨガ：

前期:第1火曜日(14:30～16:00) 後期:第3火曜日(14:30～16:00) 当院分娩の方1000円 他院分娩の方1500円

きよしゆくび

許叔微(1080～1154)

許叔微(きよしゆくび)は北宋～南宋の人で、幼少期に両親をなくし、53歳で科挙に合格。医師であり儒学者であった。「普濟本事方」(略称して『本事方』)「傷寒百証歌」「傷寒発微論」「傷寒九十論」「仲景三十六法図」「治法八十一篇」「翼傷寒論」「辨類」など著す。



漢方入浴剤

アトピーの方の漢方入浴剤もお作りします。

健康保険証の確認

保険証は毎月確認することになっています。保険が使えなくなると困りますから、保険証の変更は早急に受付に連絡して下さい。