

「疲れ」に三タイプ 全身状態の改善を

Q 六十八歳、女性。最近ひどく「疲れやすい」と感じます。いくつかの病院で検査をしてもらいましたが、どこでも「異常なし」とのこと。年のせいなのでしょつか。

A 西洋医学では疲れの背景となる病気が存在しないか、さまざまな角度から検査し、病名を付けたうえで治療を考える。疲れの背景に重大な病気が潜んでいない場合、治療の対象とみなさない。

一方、漢方では生体の機能低下を漢方独特の目で把握し、常に全身状態の改善、生活の質の向上を目指す。質問者のように疲れやすい場合、肩こり、腰痛、胃腸の調子など全身の種々の自覚症状なども総合的にとらえる。

加齢につれて起こる疲れには三つのタイプがある。まずエネルギーを補給するシステムの老化で、胃腸の弱い人にあてはまる。このタイプには補中益気湯（ほちゅうえつきとう）、黄耆建中湯（おうぎけんちゅうとう）、真武湯（しんぶとう）などを用いる。

二つめは胃腸は丈夫でも体の中の老廃物を排せつするシステムの老化。高血圧、動脈硬化症、骨粗しょう症などにみられる。八味地黄丸（はちみじおうがん）がその代表的処方である。

三つめは平たく言って「枯れてくる」タイプ。皮膚が乾燥してつやがなくなり、脱毛や爪がもろくなるなどの症状が顕著に現れる。十全大補湯（じゅうぜんたいほとう）や人参養榮湯（にんじんようえいとう）などを用いる。