

## 就寝時のほてり 三物黄芩湯効く

**Q** 四十九歳、女性。数年前から就寝時、手足がほてって眠れません。必ず足を毛布から出し金属製品や陶器などに足をあてているといくらかよいようです。今年は暑くなつてから寝苦しい毎日です。病院では更年期障害とのこと。睡眠薬と安定剤を処方されましたが、昼間気分が悪いので服用していません。

現代医学ではほとんど問題にされないこの愁訴に漢方薬がともよく効く。代表的な処方方は三物黄芩湯（さんもつおうごんとう）である。

江戸時代の代表的漢方医学書『類聚方広義』（るいじゅほうこうぎ）に、三物黄芩湯の臨床応用として「夏月に至る毎（ごと）に、手掌足心、煩熱（はんねつ）して堪え難く、夜間もつとも甚だしく眠る能（あた）わざる者を治す」と記載されている。

**A** 幼児が寝付く時はたいてい手足があたたかくなり、首や頭から汗が出る。一般に人が睡眠状態に入る時には体温を放散するといわれている。手足はいわばラジエーターの働きをしている。手足が火照（ほて）って眠れない、と訴える方は少なくない。自律神経系の乱れとして、手足の熱放散機能が妨げられている状態と考え

煩熱はわずらわしいほてり感をいう。確かに自律神経系の乱れやすい更年期にあらわれやすい。地黄（じおう）を六g、黄芩（おうごん）、苦参（くじん）各三gとシンプルな処方であるが、切れ味のよい漢方薬のひとつである。