＼日本で育った！／

かんぽう
と
わたし

vol.11 子供と漢方

北里大学東洋医学総合研究所

漢方薬は子供にとって、頼りになるお薬です！

虚弱体質の改善や、アレルギーが関与する疾患、また疳の虫や夜泣き、チックなどの心身症的諸症状にも漢方薬は有用です。子育てで悩んでいるお母さん・お父さん、漢方薬をぜひ一度試してみてはいかがでしょうか？

お子さんのこんな症状に困っていませんか？

子供は、漢方的には水分代謝調節に関与する臓腑（脾・肺・腎）の機能が未熟なために、体に水分が滞りやすい状態にあります。そのため、下痢や嘔吐、めまい、頭痛などの症状が現れやすくなります。また、自己コントロールする経験知が未熟であるため、自律神経系の調節に関与する臓腑（肝）のバランスを崩しやすく、心身的諸症状が現れることもあります。

発達段階別にみるよくある症状

乳児期
- 夜泣き
- 食物アレルギー
- アトピー性皮膚炎
- かぜ症候群（熱やくしゃみ・鼻水など）
- おむつかぶれ

幼児期
- 虚弱体質
- 自家中毒症
- 喘息
- 小児ネフローゼ
- かんしゃくを起こす
- おねしょ

学童期
- 胃腸が弱い
- チック
- 心因性発熱
- 不登校
- アレルギー性鼻炎
- 起立性調節障害

心身の症状から、不調が疑われる機能を読み解く。

虚弱体質の症状を漢方医学的に分類すると、五臓（肝、心、脾、肺、腎）という5つのパターンに分けることができます。漢方では内部環境に乱れが出た場合、おのおのの系にアクセルやブレーキをかけて調えると考えられています。症状・兆候から五臓のどの系に働く処方が有用であるかを類推して、漢方薬が処方されます。

神経過敏な子

不調が疑われる機能
肝型 血液貯蔵・血流量調整や自律神経系の機能

「気持ちが悪い」と訴える子

不調が疑われる機能
心型 循環器系や中枢神経系の機能

おなかの弱い子

不調が疑われる機能
脾型 消化器系の機能

風邪をひきやすい子
アトピー体質の子

不調が疑われる機能
肺型 呼吸器系の機能

成長の遅い子

不調が疑われる機能
腎型 成長・生殖・老化や水分代謝機能

子供に漢方薬を服用させる際の一工夫。

治療のためには、漢方薬を継続して服用することが大切です。しかし、子供が漢方薬の味や匂いが原因で、飲むのを嫌がり、お困りではないでしょうか？ちょっとした工夫で、無理なく服用できるようになるかもしれません。年齢別の工夫をみてみましょう！

幼児期

粘度が高く味の濃いものに混ぜると、苦味がカバーされます。また、冷たくすることで、味覚を鈍らせ、苦味をわからなくさせる方法もあります。

シャーベットやゼリーにまぜて食べさせる

海苔の佃煮、味噌汁などの味の濃いものに混ぜる

満1歳以上ならハチミツやココア、チョコレートを入れて甘くして服用させる

※何かに混ぜて服用させる場合は、服用直前に混ぜるようにしましょう。
※ハチミツは1歳未満の乳児には与えないでください。乳児ボツリヌス症にかかることがあります。

乳児期

少量の水で練ったエキス剤を、舌を刺激しないよう（頬の内側ではなく）、上顎に塗りつけた後に、すぐに水やぬるま湯などを与える方法があります。他にも、乳児の場合には漢方薬をお母さんに飲んでもらい、母乳を通して漢方薬を赤ちゃんに与える「経母乳投与」という方法もあります。

※ミルクに溶かして服用させると、ミルク自体を嫌う可能性があるので、特に指示がない場合はミルクには混ぜないでください。

学童期

服用の重要性を理解してもらうことも大切です。「何のために服用するのか」をきちんと説明し、本人に理解してもらいましょう。そして、頑張って飲むことができた時にはたくさん褒めてあげてください。その成功体験が次の服用へのモチベーションにもつながります。

COLUMN

ユニークな服用方法、母子同服（ぼしどうふく）

抑肝散（よくかんさん）という漢方薬には、「母子同服」という服用指示が原典に記載されています。これは「病気の子供だけでなく、母親にも抑肝散を服用させよ」という意味で、子供の病気が母親の心身の健康状態に如何に左右されるかを述べています。母子同服は抑肝散に限りません。子供の病気は家族（特に母親）の影響を受けやすいと考えられ、子供が服用する漢方薬を母親も服用するという母子同服の考え方が生まれたのでしょう。子供の病気をよくするためには家族の健康状態をよくする必要があります。母子同服は必ずしも「同じ」漢方薬である必要はなく、家族がそれぞれの状態に見合った漢方薬を服用すれば治療効果も格段に上がると言われています。昔から母と子の良好な関係が子供の治療につながると考えられていたのですね。

参考
『漢方診療のレッスン』花輪壽彦著 金原出版 2003年
『漢方処方ハンドブック』花輪壽彦編集 医学書院 2019年