

「うつ」に対する鍼灸治療

平成 30 年 5 月 27 日
青鳳会講師 吉野 久

■ 緒 言

かつて「うつ病」と言われていた精神性の病は、現在では「新型うつ病」と呼び名を変えて、広く蔓延する病になった。しかし名称が変わったことが示しているように、かつてのうつ病と新型うつ病とは大きく違ったものであり、新型のものは、仕事の環境や人間関係によって起こり、従来型のものは家庭・家族や、遺伝的な要素が大きかった。

また、予後についていえば、従来型は回復に時間がかかったが、新型は早い。

新型の「うつ」に限っていえば、十分な休養をとり、その間服薬すれば、以前とまったく同様にというわけには行かないが、仕事にもどることができる。

こう考えると、新型の「うつ」とは、一種の逃避であるとも考えることもできるが、翻っていうならば、逃避せざるを得ないほど、現代の成人は仕事に追いつめられているということもできる。

考えてみれば、私たちを取りまく環境は複雑、かつ多忙である。帰宅時間は遅く、仕事においても要求される能力は非常に高まっている。患者さんから聞く仕事上のプレッシャーとは、自分のスキルと仕事との落差、職場の人間関係、望んでいる仕事・部署に就けない、自分に合っていない仕事をさせられている、などということである。

また管理職に就いている人から聞くところによると、一般企業で、「うつ」ならびにそれに類する症状で、仕事の戦力になることのできない社員は、全社員の5パーセントという大きな数に上るといふ。

ここで、「うつ」、うつ病を判定する基準DSM-5(精神疾患の診断・統計のマニュアル アメリカ精神医学会,2013)について見てみよう。

I. 気分障害圏の分類

うつ病・・・重症が大うつ病性障害で、それ以外もある

双極性障害・・・重症が1型、軽症が2型。躁病だけで生涯を終わる人はいない。

気分変調症・・・大うつ病性障害を含有するようになり、持続性抑うつ障害に移行する。

気分循環性障害・・・DSMでは躁病の一つとする。

その他・・・適応障害など

1. うつ病(大うつ病性障害)の診断基準 (DSM-5)

(精神疾患の診断・統計のマニュアル アメリカ精神医学会,2013)

以下の **A~C** をすべて満たす必要がある。

A: 以下の症状のうち5つ（またはそれ以上）が同一の2週間に存在し、病前の機能からの変化を起している；これらの症状のうち少なくとも1つは、1 抑うつ気分または 2 興味または喜びの喪失である。注：明らかに身体疾患による症状は含まない。

1. その人自身の明言（例えば、悲しみまたは、空虚感を感じる）か、他者の観察（例えば、涙を流しているように見える）によって示される、ほとんど1日中、ほとんど毎日の抑うつ気分。注：小児や青年ではいらいらした気分もありうる。
2. ほとんど1日中、ほとんど毎日の、すべて、またはほとんどすべての活動における興味、喜びの著しい減退（その人の言明、または観察によって示される）。
3. 食事療法中ではない著しい体重減少、あるいは体重増加（例えば、1ヶ月に5%以上の体重変化）、またはほとんど毎日の、食欲の減退または増加。（注：小児の場合、期待される体重増加が見られないことも考慮せよ）
4. ほとんど毎日の不眠または睡眠過多。
5. ほとんど毎日の精神運動性の焦燥または制止（ただ単に落ち着きがないとか、のろくなったという主観的感覚ではなく、他者によって観察可能なもの）。
6. ほとんど毎日の易疲労性、または気力の減退。
7. 無価値観、または過剰あるいは不適切な罪責感（妄想的であることもある）がほとんど毎日存在（単に自分をとがめる気持ちや、病気になったことに対する罪の意識ではない）。
8. 思考力や集中力の減退、または決断困難がほとんど毎日存在（その人自身の言明、あるいは他者による観察による）。
9. 死についての反復思考（死の恐怖だけではない）、特別な計画はない反復的な自殺念慮、自殺企図、または自殺するためのはっきりとした計画。

B: 症状は臨床的に著しい苦痛または社会的・職業的・他の重要な領域における機能の障害を引き起こしている。

C: エピソードが物質や他の医学的状態による精神的な影響が原因とされない。

2.持続性抑うつ障害(気分変調症)の診断基準 DSM-5

以下の A~H をすべて満たす必要がある。

A. 抑うつ気分がほとんど1日中存在し、それのない日よりもある日の方が多く、その人自身の言明または他者の観察によって示され、少なくとも2年間続いている。注釈:小児や青年では、気分はいらいら感であることもあり、また期間は少なくとも1年間はなければならない。

B. 抑うつの間、以下のうち2つ以上が存在する:

1. 食欲減退または過食
2. 不眠または過眠
3. 気力の低下または疲労
4. 自尊心の低下
5. 集中力低下または決断困難
6. 絶望感

C. この障害の2年間の期間中(小児や青年については1年間)、一度に2ヶ月を超える期間、基準AとBの症状がなかったことがない。

D. 大うつ病障害の基準の症状が2年間持続的に存在してもよい。

E. 躁病/軽躁病エピソードが存在したことがなく、気分循環性障害の診断基準に合致したことがない。

F. 障害が、持続性統合失調感情障害、統合失調症、妄想性障害、または他の特定のまたは特定されない統合失調症スペクトラムと他の精神病性障害でよりよく説明できない。

G. 症状が物質(例、乱用薬物、投薬、あるいは他の治療)の生理的作用によるものではない。

H. 症状は臨床的に著しい苦痛または社会的・職業的・他の重要な領域における機能の障害を引き起こしている。

適応障害の診断基準 DSM-5 A～Eをすべて満たす

- A. はっきりと確認できるストレス因子に反応して、そのストレス因子の始まりから3ヶ月以内に情緒面または行動面の症状が出現
- B. これらの症状や行動は臨床的に意味のあるもので、それは以下のうち1つまたは両方の証拠がある。
 - (1) そのストレス因子に暴露されたときに予想されるものをはるかに超えた苦痛 (2) 社会的または職業的(学業上の)機能の著しい障害
- C. ストレス関連性障害は他の精神疾患の基準を満たしていないこと。すでに精神疾患を患っている場合には、それが悪化した状態ではない。
- D. 症状は、死別反応を示すものではない
- E. そのストレス因子(またはその結果)がひとたび終結すると、症状がその後さらに6ヶ月以上持続することはない。

急性・・・その障害の持続が6か月未満

持続性(慢性)・・・その障害が6か月以上持続する

II. 臨床例に見る鍼灸治療の実際

先に新型「うつ」は休養と服薬で回復できると言ったが、成人就業者の場合、おおむね6か月の間、仕事から離れることができれば、回復は得られるというのが、一般的である。

しかし、まとまった休職期間を得られる場合は少なく、また主婦なども、「仕事から離れる」ということが困難なのが現状である。

<臨床例 1>・・・まとまった休職期間が得られた場合

【患者】44才 男性 会社員

《 口頭発表 》

<臨床例 2>・・・まとまった休職期間が得られない場合

【患者】40才 男性 会社員

《 口頭発表 》

< 臨床例 3 > … 従来型うつ病

治療については新型と基本的に同じであるが、症状の出方は様々なので、その症状に対する治療を行なうことで、回復につなげることができる。これは医師の治療では行われないことである。

【患者】73才 女性 主婦

◀ 口頭発表 ▶

Ⅲ. 治療

治療の実際については臨床例のなかで縷々述べたが、基本は患者の精神を安寧に保つことである。うつ病の患者は、精神的に追い詰められている状態にあるため、気は頸肩・頭部まで上昇するか、心胸部に集積し、末端部が虚す・冷えることになる。

これに対処するための治療は、以下のようなものになる。

1. 末端に気を誘導する…奇経治療（照海-列厥）
2. 気を下に引き下げる…三里、解谿
3. 体を緩め神経を緩め・鎮める…帯脈、三陰交、中脘

「うつ」に対する鍼灸治療・漢文資料

平成三十年五月二十七日

青鳳会講師 吉野 久

■ 氣のうつの原因は、陰陽の多寡にある

素問・舉痛論第三十九

帝曰く、余は百病の氣より生ずるを知るなり。怒れば、氣は上り、喜べば氣は緩む、悲しめば氣は消え、恐れれば氣は下がる、寒ければ氣は収まり、戻れば氣は泄れ、驚けば氣は亂る、勞れば氣は耗り、思べば氣は結ぼる。九氣は同じならざるに、何ぞ病の生ずるや。

岐伯曰く、……喜べば氣は和み志は達び、榮衛は通利す。故に、氣は緩む。

悲しめば心、急に系れ、肺の布葉は舉りて、上焦は榮衛通ぜず、熱を散ぜず、氣は中に在り。故に氣は消う。

恐れれば精は卻く。卻けば、上焦は閉ず。閉じれば、氣は還る。還れば下焦脹る。故に、氣は行らざるなり。思べば心は存る所を有ち、神は歸する所を有ち、正氣は留まりて行かず。故に氣は結ぼるなり。

素問・脈要精微論第十七

中盛んなれば、藏滿ち、氣勝る。恐れに傷るる者の聲は室中より言つが

ごとし。是は、中氣の溼なり。言ふも微かにして、終日すなわち、復言する者は、これ奪氣なり。衣を被り、言語収まらず、善ばしば親疎を避けずして惡む者は、これ神明の亂れなり。

素問・宣明五氣篇第二十三

五邪の亂す所は、邪陽に入れば狂い、邪陰に入れば痺れる。陽を搏るときは、癩疾を爲し、陰を搏るときは瘖(声が出ない)を爲す。

難經五十九難

五十九難に曰く、狂と癩との病は、何を以て之を分つか。然り、狂の始めて發するや、少しく伏せて饑えず、自ら高く、賢きとするなり。自ら智を辨るとするなり。自ら貴しと居るなり。妄りに笑い、歌樂を好み、妄りに行きて休まざるは是なり。

難經二十難

重陽の者は狂、重陰の者は癩、脱陽の者は鬼を見る、脱陰の者は目盲(めい)いる。

■「病至則惡人與火、聞木声則簇然而驚心動、欲獨閉戸牖而处、甚則欲上高而歌棄衣而走」の条文を遡る・・・躁鬱の原因が陰陽の多寡にあるとする立場は変わらない

素問・陽明脈解篇第三十〔全元起本三卷〕

黄帝問うて曰く、足の陽明の脈病めば、人と火とを惡み、木音を聞けば惕然として驚く。鐘鼓に動かされず木音を聞きて驚くは何ぞや、願わくばその故を聞かん。

岐伯對て曰く、陽明は胃脈なり、胃は土なり。故に木音を聞きて驚くは、土の木を惡むなり。

帝曰く、其れ人を惡(にく)むは何ぞや。岐伯曰く、陽明厥すれば則ち喘ぎて惋うらむむ。

惋うらむめば則ち人を惡む。王冰注：惋(王・なげく・うらむ)とは熱の内鬱するなり。故に人を惡むのみ。新校正に云ひ、按脈解に云ふ、獨り戸牖を閉して、處らんと欲するは何ぞや。陰陽相搏り、陽盡き陰盛んなる故に獨り戸牖を閉して處る。

帝曰く、病甚だしければ則ち衣を棄て走り、高きに登りて歌う。或ものは數日食はざるに、垣を踰え、屋所に上るに至る。上の處は皆、その素(もと・平素)は能くする所に非ざるなり。病みて反つて能くするは何ぞ。岐伯曰く、四支は諸陽の本なり。陽盛んなれば、則ち四支實し、實すれば、則ち能く高きに登るなり。

帝曰く、それ衣を棄てて走るは何ぞや。岐伯曰く、身に熱盛んなるが故に衣を棄てて走らんと欲するなり。

帝曰くそれ親疏を避けず妄言し罵詈し、歌うは何ぞや。岐伯曰く、陽盛んなれば人をして親疏を避けず妄言、罵詈せしめ、食うを欲せざらしむ。食うを欲せざるが故に妄りに走るなり。

素問・脈解篇第四十九〔全元起本九卷〕

所謂甚則狂顛疾者、陽盡在上而陰氣從下、下虛上實。故狂顛疾也。

所謂甚則厥惡人與火、聞木音則惕然而驚者、陽氣與陰氣相薄、水火相惡、故惕然而驚也。

所謂欲獨閉戸牖而處者、陰陽相薄也、陽盡陰盛。故欲戸牖而居。

所謂病至則欲乘高而歌棄衣而走者、陰陽復爭而外并於陽。故使之棄衣而走也。

■靈樞經脈篇より足陽明胃經

是動則病洒洒振寒、善呻數欠顏黑、病至則惡人與火、聞木声則簇然而驚心動、欲獨閉戸冽而處、甚則欲上高而歌棄衣而走、賁響(＝腸鳴)腹脹、是爲肝厥。

■陰陽十一脈灸經より足陽明胃經

陽明脈、靛(繫於肝骨(脛骨)外廉。循肝而上、穿臙、出魚股××××、穿乳、穿頰、出目外廉、環顏×。是動則病。洒洒病寒、喜龍(?) 乙本作伸)、婁(數)吹(欠)、顏黑、病種(腫)、病至則惡人與火、聞木音則慄(惕)然驚、心腸(惕)、欲獨閉戸牖而處。病甚則欲登高而歌、棄衣而走。此爲肝厥(厥)。是陽明脈主治。其所產病、顏痛、鼻肌、領(頷)頸痛、乳痛、心與臑痛、腹外種(腫)、陽痛、膝跳、付××。爲十病。

〔語句〕

肝骨＝脛骨。臙＝膝蓋骨。洒・・・水を浴びる。龍＝襲の略字で伸びをする。婁：數の略字で數。惡・・・嫌う。慄＝惕・・・ビクビクする。牖・・・窓。腸・・・惕。鼻肌・・・鼻軌。鼻詰まり。領・・・頷。下顎。臑・・・脇。跳・・・胗の字で脛。付・・・跗。陽・・・腸。

童と重、易と易が混同されている

種 腫かかと 懸鐘 腫へかかる穴

心腸・・・火 他に鉄石心腸 子どもを殺されて断腸する母猿

易(ヨウ・ひかり)は、台の上に玉をおき、その玉光が下方に放射する形。説文に日と一と勿に従い勿は旌旗の形とするが、金文ではあきらかに光の形を示す。

靈樞 癡狂第二十二

「癡疾の始めて生ずるや、先ず樂しまず、頭重くして痛み、視は擧り目赤く、甚だしきは極みを作し已(お)え煩心す。これを顔に候えば、手の太陽、陽明、太陰を取り、血變して止む」

「狂の始めて發するや、少しく臥して飢えず、自ら高く賢きとするなり。みずから、智を辯るとするなり。みずから、尊貴なるとし、よく罵言し、日夜休むことなし。治するに、手の陽明、太陽、太陰、舌下の少陰を取る。これを視て、盛なるは皆これを取り、盛ならざるは、これを釋く」

「喜びて苦を忘れ、怒りよく恐れるものは、饑(うえ)を憂れうるに得る。これを治するに、手の太陰、陽明を取る。血、變して止む。及んでは、足の太陰、陽明を取る」

- ・ 飢餓に追い詰められて、喜び、怒る躁状態になる

飢は、餓なり、また饑につくる(説文)。饑は「穀、孰せざるを饑となす」(説文)とあり、飢餓と饑饉を区別している。

「狂いて、驚かすことを言い、よく笑い、歌樂を好み、妄りに行きて休まざるは、これを大恐に得る。これを治すに、手の陽明、太陽、太陰を取る」

- ・ 非常な恐れから、躁の陽状態になる

「狂いて目は妄りに見え、耳は妄りに聞え、よく呼ばはるものは、少氣の生ずる所なり。治するに、手の太陽、太陰、陽明、足の太陰、陽明、頭の兩(カシ・おおがい)を取る」

- ・ 少氣して(氣が消耗して)、幻視、幻聴が起こる

「狂いて多食し、よく鬼神を見、よく笑えども外に發せざるもの(ニヤニヤ笑いするもの)は、大いに喜ぶところ有るに、これを得る。これを治するに、足の太陰、太陽、陽明を取り、後に、手の太陰、太陽、陽明を取る」

- ・ 喜びすぎると、過食、幻視があり、ニヤニヤ笑いするようになる

●治療

「癡疾を治すは、常に輿に居り、その當(當に手のついた字 トウ、まもる、ふせぐ)るところを察(あきらかに)し、これを取り病を処す。視ること至つて(じゅうぶんに病人の觀察ができて)、過ぎるもの「血絡」あれば寫す。その血を瓠壺の中に置く。その發する時、獨り動くなり。動かざれば、窮骨に二十壯灸す。窮骨は、テイ骨なり」

■追記・四代尾張藩主 徳川吉通の生母である本寿院の行跡

吉通が若くして亡くなったため、生母も三十五歳の若さで落飾して本寿院と名乗るようになったが、行状が芳しくなかった。

《本寿院様貪淫絶倫。或いは寺へ行きて御宿し、又は昼夜あやつり狂言にて諸町人役者等入込み、其の内御氣に入れば誰によらず召して姪戯す》元禄15年

《御付、御用達などはじめて江戸へ下りし者は、時に触れて御湯殿へ召され、女中に命じて裸になし・・・》

《頃日、本寿院様お好みにより、江戸にて相撲取り一人御抱へ・・・》宝永元年

《本寿院様甚だ荒淫不法なり・・・本寿院を汚す輩、役者、町人、寺僧および御中間らまで甚だ多し。軽き者は御金を拝領すること多し》宝永2年

このような調子であつたので、宝永2年6月、ついに幕府閣僚は、本寿院蟄居の命を下した。

《江戸に於いて本寿院様四ツ谷御屋敷へ御入り。公儀より御内意の移りこれあり、かくの如く蟄し給ふ》宝永2年 本寿院41歳

この10年後の記述

《本寿院様御乱髪などにて、御屋敷の大もみの木などへのぼり玉ふ事ありといふ也》正徳5年

尾張徳川家家臣 御畳奉行朝日文左衛門重章の日記『鸚鵡籠中記』より
神坂次郎『元禄御畳奉行の日記』中央公論社