

# 冷え性

宮崎大学漢方医学研究会

岡野 康仁

# まずはじめに

- 虚か実か？
- 表か裏か？

# 寒がる≠冷え

- 寒がる場合
  - 陽虚 or 寒邪
  - 虚 実
  - 補陽 去寒

# なぜ難しい

①冷えている≠虚

②熱が標で寒が本でも四肢は冷える

# 証(手足の冷え)

- 陽虚
- 熱邪内鬱
- 陽気鬱阻
- 血虚受寒
- 痰濁内阻
- 蛔虫擾乱

# 冷えの部位

- 四肢
- お腹
- 背中
- 頭
- 外陰部の冷え(男性のみ)

# 共通点

- 様々な原因→四肢に陽気がうまく流れていない状態

# チャート

- 陽気が少なくなる→陽虚
- 陽気が鬱滞→外邪、寒邪、痰、肝気鬱滞、その他



# 寒邪

寒邪は陰邪

寒邪による気血津液の凝集

寒邪による経絡や筋脈の収縮、拘急

# 症例1

- 患者：女性、72才

主訴：体が冷える

問診

寒がりで、特に下半身、足、腰が冷える。腰痛もある。食欲は正常。便通一日一回。

八綱：裏、寒、虛、陰

氣血津液：陽虛

臟腑：腎陽虛

病因病邪：內寒

証：腎陽虛

方劑：八味地黃丸