頭　痛

頭痛は胸痛・胃痛・腹痛・関節痛と同様，痛みの病症に分類される。中医学では痛みは「不通則痛」によっておこる，何か詰まるものの存在によって気血の流れを塞ぐため発生すると考える。具体的には，血行が悪くなって生じた瘀血，水分代謝の低下によって生じた痰湿，あるいは外感の風・寒・熱・湿などの邪気が気血の流れを塞ぐことによって痛みがおこるのである。

痛みに対する治則は「痛随利減」で，停滞するものを通利させて痛みを止める。ただし，通利法によって解決できるのは実の痛みであって，虚の痛みは補法と通利法を併用する。虚証の痛みであっても必ず通利法を加えねばならない。

頭は体の最上部にあり，頭部には臓腑の清陽の気，手足の三陽経の気など一身の陽気が督脈を通じて集まってくる。このため頭は「清陽の府」または「諸陽の会」といわれる。このことから頭痛は陽に属する病変が多く，陰に属する病変は少ない。病に対する治療は，常に陰陽の調整を基本とするが，頭痛の原因はおおむね陽気不足あるいは邪気の上昇過多にある。このため治療は，陽の調整をはかって邪気を除くようにする。見方を変えれば頭痛は，深部（陰）の病変ではなく表部（陽）の病変であるから，治療は比較的やさしいといえる。

頭痛は内科・外科・精神科・眼科・耳鼻科・歯科の疾患やその他の慢性疾患に付随してみられるが，いずれの分野の頭痛にも，本篇の弁証論治を応用することができる。

◉頭痛にまつわる故事◉

『三国志』の主要人物である曹操は気性のはげしい武将で，いつも強い頭痛に悩まされていた。多くの医師の治療をうけていたが，なかなか痛みはおさまらない。あるとき周りの人から，当時，民間医として名を馳せていた華佗を紹介された。華佗は曹操の頭痛を風邪によるものとみて，数本の針を深く刺入して完全に治癒させた。曹操は華佗に金と位を与え，常に自分の身辺にいてくれるよう頼んだが，故郷へ帰りたいと願っていた華佗は，曹操の要求をことわった。曹操は大いに怒り彼を牢に閉じこめて罰した。獄中で華佗は自分の経験をまとめて書き著し，外部の人に保存を頼んだが，誰も死刑囚である華佗に手を貸すことを恐れ，彼の原稿を預かろうとはしなかった。このため，やむなく彼は自らの手で原稿を焼却してしまったという。こうして華佗の価値ある経験は永遠に失われたのである。華陀の死後，曹操はずっと頭痛に苦しみ，彼を殺害したことを後悔したという。

病因病機

頭痛は大きく外感頭痛と内傷頭痛にわけられる。外感頭痛は発症したばかりの新しいもので治療は簡単である。これに対し内傷頭痛は慢性疾患にともなうものが多く，くわしく弁証して臓腑の機能，陰陽のバランスを調整しなければならない。

1 ―― 外感頭痛

外感病とは外部の邪気を受けることによって発生する病気である。外邪には風・寒・暑・湿・燥・火の6邪がある。先に華佗が，曹操の頭痛を風邪による頭痛と診断したように，ほとんどの外邪は風にともなわれて体内に侵入する。また，「風に傷られる者，先ずこれを上に受く」といわれるように，外界の風邪を受けた場合，頭痛をはじめ，くしゃみ，咽痛など上部の症状が現われる。

外感頭痛は，風邪が他の外邪を挾んで体内に入り込んでくることによっておこるが，風邪と結びつく外邪の性質によって頭痛の症状は次のように異なる。

1．風寒頭痛

寒は凝縮して滞る性質があるので，気血のめぐりを渋滞させ詰まりが生じ，「不通則痛」で痛みがおこる。寒による痛みは強く，カゼをひいた場合も寒邪が多いほど頭痛は強くなる。痛みは頭だけではなく全身にも現われる。

2．風熱頭痛

熱は上昇する性質があるため，風熱の邪は，まず上部を犯し，熱感をともなった頭痛がおこる。頭痛とともに発熱，咽痛，口渇，咳，黄痰など外感風熱の症状が現れる。

3．風湿頭痛

湿は粘りやすい性質で，陰に属している。この陰邪が頭に集まっている清陽の気を包みこむと，頭が重く締めつけられたような痛みが感じられる。

2 ―― 内傷頭痛

臓腑の機能失調によって現われる頭痛である。頭痛に関連する主な臓腑は肝・脾・腎で，そのうち最も関連の深いものは肝である。

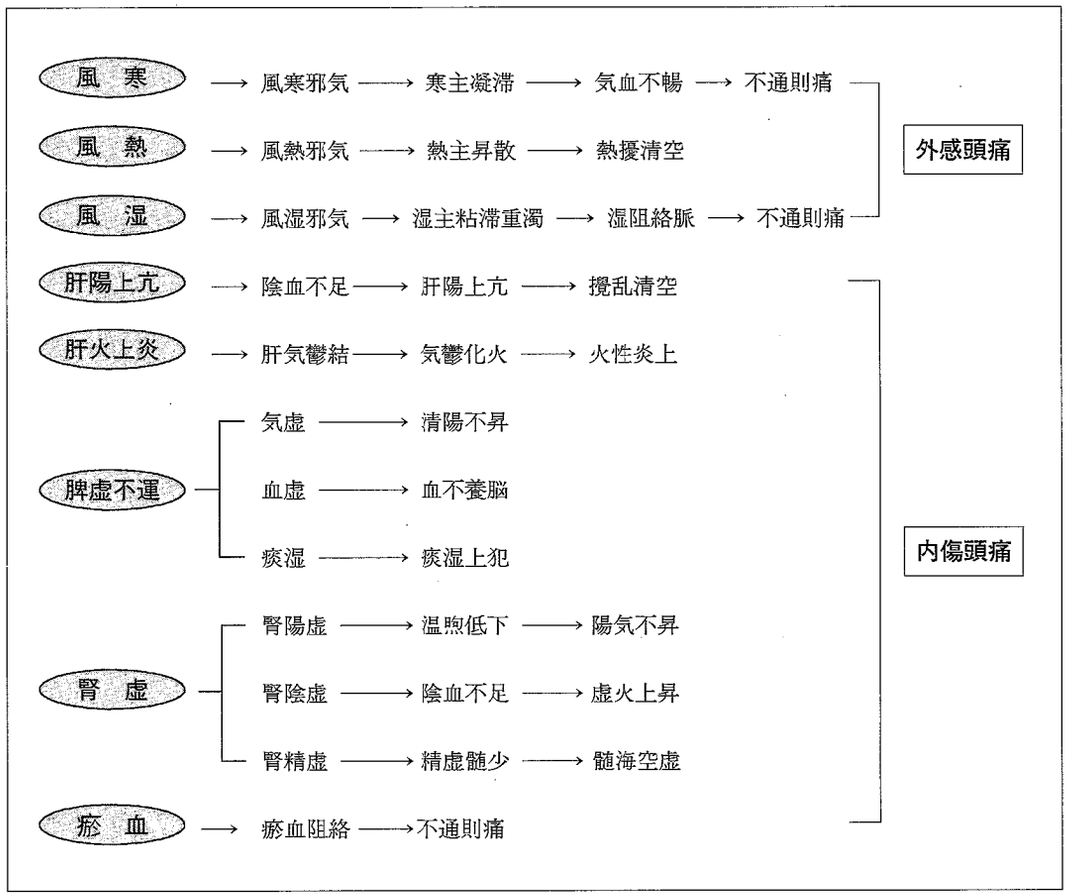
1．肝陽上亢

肝には「血を蔵する」機能があるが，肝の陰血が少ないと肝陽は陰の制約をはなれてどんどん上衝し，清陽の府（脳）を乱して頭痛がおこる。肝陽が上昇する原因は，肝陰不足にあるので，治療は陰血を補ってやらねばならない。

2．肝火上炎

「肝は疏泄を主る」。肝は常に気が通じている状態を好む。しかし，疏泄機能が失調して気がめぐらず鬱結すると，肝気は熱を含み速い勢いで上昇し，目の充血，眩暈，頭痛の症状が現れる。肝陰不足の場合とは異なり，激しい火の勢いを抑える治療法が必要となる。

偏頭痛，自律神経失調による頭痛など，肝陽上亢と肝火上炎症による頭痛は特に多いので，肝を重点的に調整する方法を理解するとよい。



3．脾虚不運

脾は水穀を運化して，精微物質（栄養分）を気血に変え，これを頭部に昇らせる。上昇する気血が不足すると，頭は滋養を失い痛みがおこる。気血不足による頭痛は気虚頭痛と血虚頭痛に分けられる。多少違いがあるので注意が必要である。

◇気虚頭痛：清陽の気が脳を充足できないための頭痛。疲労時に現われることが多い。

◇血虚頭痛：血は精に変化しさらに髄に変わる。血虚のため「髄の海」である脳を養うことができない頭痛である。

◇痰湿頭痛：脾の運化機能が低下して痰湿（実）が生じ，粘る性質をもつ痰濁が上昇して頭部に入り込むと実証の頭痛がおこる。痛みは頑固で長びきやすい。

4．腎虚

腎虚は一般的に腎精の不足をさすことが多いが，正確には腎陽虚，腎陰虚，腎精虚の3つに区分される。腎虚によって生じる頭痛にも違いがある。

◇腎陽虚：腎陽が衰えると全体に寒が生じ，これが原因となって頭痛がおこる。寒がる，手足が冷えるなどの症状をともなう。

◇腎陰虚：陰と陽のバランスが崩れ陰少陽多になると，陽は陰の抑制を離れて浮上する。肝と腎は同源であるため，腎陰不足により肝陰も不足し，肝陽が上亢して，の

ぼせや眩暈をともなう頭痛が現れる。

◇腎精虚：腎精が不足するため髄の生成も少なくなり，髄海（脳）は空虚となり頭痛がおこる。眩暈，耳鳴り，健忘症，性障害の症状をともなう。

5．瘀血

外感病にせよ内傷病にせよ，病が長びくと瘀血が生まれる。また打撲などの外傷によって瘀血が生じることもある。血瘀が脈管中の血流を塞ぐようになると「不通則痛」で頭痛がおこる。

弁証論治

1 —— 風寒頭痛

【症状】

◇頭痛——風寒邪気が体表の衛陽を傷り，背中を走行する太陽膀胱経に入ることによって生じる。首から後肩部にかけて筋肉がこわばり，関節が痛むこともある。

◇くしゃみ・鼻水——肺気が鼻腔・口に侵入する風寒邪を追いだそうとする症状である。

◇舌苔白——寒の存在を示す舌象である。

◇脈浮緊——浮脈は体表部の病であることを示す。緊脈は寒によって脈管が収縮するために現れる。

【治療原則】 疏風散寒・止痛

発散法によって寒を散らすことに重点を置く。温法は用いない。

川芎茶調散 ……疏風止痛

川芎（少陽＝側頭部，厥陰＝頭頂部）
白芷（陽明＝前頭部）
羌活（太陽＝後頭部）
└ 疏風止痛
荊芥・防風（辛温）薄荷（辛涼）—疏散風邪
香附子——理気止痛
茶葉——上清頭目・引熱下行
甘草——調和

本方は原典に「治丈夫婦人，諸風上攻，頭目昏重，偏正頭痛」と記載され，頭痛の専門薬である。悪寒，発熱，鼻塞，舌苔薄白，脈浮の外感風寒の頭痛に用いる。

川芎，白芷，羌活はともに疏風止痛作用がある。3薬の薬効が作用する部位はそれぞれ異っている。川芎は側頭部と頭頂部に，白芷は前額部に，羌活は後頭部に作用するので，頭痛部位に応じて対応する薬物の量を増減することよい。3薬はともに，上昇傾向をもつ温薬で，血圧の高い人（肝陽上亢型）には用いないほうがよい。薄荷，荊芥，防風は性質が軽く昇散上行して，風邪を疏散する作用がある。薄荷は辛味によって風邪を疏散させ，涼性によって川芎などの温性を抑える。防風は疏風作用が強い。茶葉は苦寒の性味によって熱性を下行させ，上昇薬のいきすぎをおさえる。香附子は理気作用によって気血の流れをよくし，頭痛を緩和させる。本来の方中には止痛作用が強い細辛が入っている。外感風寒の症状が強いときは，「葛根湯」「麻黄湯」「桂枝湯」などを使ってもよい。

2 —— 風熱頭痛

【症状】

◇頭痛——風熱邪気が上昇して清竅を乱すと熱っぽく脹った感じの痛みがする。

◇発熱・口渇・咽痛・赤ら顔・目の充血・舌質微紅——風熱邪気が存在し津液が消耗されることによって現れる症状である。

◇脈浮数——病邪が体表にあるため浮脈となり，熱によって脈が速まり数脈となる。

【治療原則】 去風清熱・止痛

桑菊飲 ……疏散風熱・宣肺止咳

桑葉8・菊花6・薄荷6——疏散風熱・止痛
杏仁6・桔梗6——宣肺・止咳化痰
芦根6（生津）・連翹6（解毒）—清熱

本方は『温病条弁』中の方剤で，熱・咳をともなうカゼに用いるものである。温病では体を上焦・中焦・下焦に分けて弁証するが，本方は上焦肺の病に対する薬である。方中には「羽のように軽い」辛涼剤が用いられている。清熱作用はあまり強くないため，高熱の場合は「白虎湯」を併用する。

桑葉，菊花，薄荷，連翹はともに葉や花で，軽い性質をもち，風熱頭痛に効果がある。杏仁によって肺気を下行させ，桔梗によって上行させて，肺気の流れを調整し，咳を止める。芦根は邪熱に損傷された津液を保護し，口渇を止める。

本方が入手できないときは，市販の「銀翹散」（天津感冒片）を使用する。

荊芥連翹湯 ……養血涼血・清熱解毒

防風・荊芥・薄荷——去風
黄連解毒湯——清熱解毒
（黄連・黄柏・黄芩・山梔子・連翹）
地黄・当帰・川芎・芍薬——養血活血
桔梗・白芷（止痛）——排膿
柴胡・枳殻——舒肝理気

本方は強い清熱解毒の作用があり，川芎，防風，薄荷，白芷などの止痛薬も配合されているので，風熱頭痛に用いることができる。

菊花茶調散 ……疏風清熱・止痛

川芎茶調散——疏風止痛
菊花・僵蚕——去風清熱

本方は「川芎茶調散」に清熱作用のある菊花，僵蚕を加えた方剤である。目の充血，口苦，口渇，舌紅，苔黄など風熱症状をともなう頭痛に適している。鼻薬が配合されているので，花粉症による頭痛にも用いられる。