

# 六味地黄丸



補陰（補腎陰）の基本方剤  
—「中医のホルモン剤」  
とも呼ばれる

## ●なりたち

もとは宋代・銭乙の『小児薬証直訣』に地黄圓（圓は丸と同義）という名前で載せられていた方剤です。つまり最初は、子供用の薬として生まれました。

銭乙は、中医小児科の開祖とされる人ですが、この人は「五臓弁証」という方法で子供の病気を診ました。さまざまな臨床所見をまとめて、最終的に五臓のなかのどの臓に属する病気かを決める方法です。そしてそれらをさらに「虚と実」に分けました。たとえば「心」に属する病気には「心虚」のタイプと、「心実」のタイプがあるわけです。

そして地黄圓（つまり六味地黄丸）は、そのなかの腎虚を治療する方剤です。主に先天的な虚弱体質による発育不良を治療する方剤とされていました。たとえば大泉門の閉じるのが遅い、歯がなかなか生えない、またはクル病を含む骨格の発育不良などです。

銭乙が創り出した方剤の多くは、古い方剤をベースにして子供用に改良を加えたものです。地黄圓も、『金匱要略』の腎気丸から桂枝・附子を除き、乾地黄を熟地黄に変えたものです。子供でも服用しやすいように、丸薬や散剤を多用したのも、銭氏の特徴です。

## ●その後

明代に薛立斎が、本剤の補陰作用を高く評価し、名を「六味地黄丸」と改め（組成薬は不変）、『正体類要』という本で紹介しました。同書は、六味地黄丸の適応証として、銭乙が提示した範囲を大きく越え、新たに「陰虚による痰証」「血虚による発熱」などを提示しています。これによって、六味地黄丸は補陰の基本方剤としての地位を固め、現在にいたっています。

「六」は、『周易』では2つの意味があります。1つは「(老)陰」を意味し、もう1つは五行の「水（つまり腎）」を意味します。そこで薛立斎は、本剤の補腎陰作用を強調するため、名前に「六」を使いました。

また六味地黄丸は、長期服用すると人体の内分泌系の働きを調節する作用があります。そこで本剤を「中医のホルモン剤」と呼ぶ人もいます。

# 1 基本を押さえる

## 製剤の使い方



### 1 どのような患者に使うのか？



六味地黄丸の適応証＝腎陰虚証を理解する

#### ●陰虚証とは？

中医学では、人体の陰と陽がバランスを保っている状態が健康である、と考えます。

この「陰と陽」には多層的な意味があるのですが、たとえば「陰は物質」「陽は機能」ととらえることができます。肝臓を例にすると、肝臓という臓器に溜まっている血は「陰」で、肝臓という臓器を働かせている力（エネルギー）は「陽」となります。

そして陰虚証とは、「陰が不足している状態」のことです。つまり体内の何らかの物質が不足している状態ということもできます。多くの場合、体質を指しますが、慢性病後期など、長期的な疾患が作り出した病理状態を指すこともあります。

#### ●腎陰虚とは？

陰虚といっても、肺陰虚・肝陰虚・腎陰虚・胃陰虚など、いろいろな陰虚があります。六味地黄丸の適応証としての腎陰虚証の表現は、主に以下の3方面に分けることができます。

①腎陰虚証：腎の陰が不足している状態。

②陰虚火旺証：「陰」が不足した結果、相対的に「陽」が強まり、虚火と呼ばれる熱が生じた状態。

③腎精虚：腎精が不足している状態。

\*腎精は、骨・歯・脳・生殖の精などを作る原料となるため、腎精が不足すると、骨格・知能・生殖機能などの衰退が起こります。

上の②は、①や③の基礎のうえに現れてくるものです。①や③がみられず、②だけがみられても腎陰虚とは判断できません。腎陰虚証の典型的な舌脈は、舌紅・舌苔少・脈細数です。

#### 腎陰虚証

- ・腰がだるい、腰が痛い、膝がだるい、膝が痛い（これらのだるさや痛みは、患部をもんだり、さすったりすると軽減する）
- ・目眩、耳鳴り                      ・口やのどが乾燥する

- ・生理不順（量が少ない，または周期の延長，程度の重い場合は続発性無月経）

### 陰虛火旺証

- ・不眠，または睡眠中に夢を多くみる      ・手や足のほてり
- ・夜になると体がほてる，汗が出る，または寝汗が多い
- ・尿の色が濃い，大便が乾燥する      ・早漏・夢精
- ・陰茎が勃起しやすい，または勃起状態がおさまらない

### 腎精虛証

- ・乳幼児の発育不良…大泉門が閉じない，歯がなかなか生えない，体が著しく小さい，精神発達に遅れがみられるなど。
- ・性欲の減退，不育症（男性），不妊症（女性）
- ・髪が抜ける，歯がぐらぐらする
- ・健忘症      ・足腰が萎えて力が入らない

## 注意

六味地黄丸のそもそもの適応証は，腎陰虛というよりはむしろ腎精虚です。現在では六味地黄丸の適応証は腎陰虚とされていますが，この場合の腎陰虚は，腎精虚を含むものとしてとらえます。

## ●どんな疾患に使えるのか？

前述した腎陰虚証の表現がみられる患者であれば，どんな疾患でも六味地黄丸を使うことができます。本剤の使用範囲は広く，内科・外科・皮膚科・婦人科・泌尿器科・小児科・耳鼻咽喉科・眼科などほとんどすべての科で使用されています。

そのなかでも多く使われる疾患としては，高血圧症・糖尿病・腎炎・ネフローゼ・甲状腺機能亢進・神経衰弱などがあげられます。

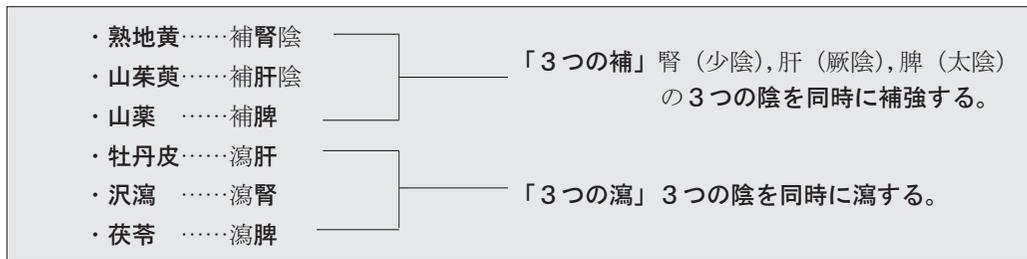
ただし中薬方剤は疾患に対してではなく，証に対して使うものです。たとえば「糖尿病には六味地黄丸」などという公式は，絶対に成り立ちません。また，たとえばある糖尿病患者に腎陰虚証がみられた場合，六味地黄丸を使用することができますが，この患者がいつまでも腎陰虚証のままでは限りません。糖尿病は治癒していなくても，腎陰虚の表現がみられなくなった場合，六味地黄丸は使用できません。

## 2 六味地黄丸とはどんな薬か？



六味地黄丸の構造と作用を理解する

### ●基本構造（「補」「瀉」は下述を参照）



### ●解説

上で示したように、六味地黄丸の構造は「補瀉併用」（「3補」と「3瀉」の併用）という特徴をもっています。そして用量の比率は、熟地黄：山茱萸：山薬：牡丹皮：沢瀉：茯苓＝8：4：4：3：3：3です。

用量の比率をみれば「補瀉併用」といっても「補」が主体であることがわかります。また「補」も、3つの陰を同時に補強していますが、3陰併補といっても「補腎」が主体であることがわかります（下図参照）。



### ●補と瀉

ここでいう「補」「瀉」とは、主に以下のような意味です。

- ・補…足りないものを補強する。
- ・瀉…余ったもの、または不必要なものを取り除く。

足りないものを補強するだけでは、補強したものが溜まってしまい、そのせいで気血の流れが悪くなってしまいます。それを防ぐために「補薬」に「瀉薬」をあわせ「補瀉併用」として使っているのです。

そしてこのような構造をしているので、六味地黄丸は長期服用が可能なのです。

## 3 どのように使うのか？



### ●基本的加減法

- ・生まれつき腎精が弱いタイプの喘息，または大脳發育不良——→紫河車粉を加える。
- ・慢性の喘息（腎陰虛＋腎不納氣）——→蛤蚧粉・人參粉を加える。
- ・偏頭痛（陰虛陽亢による）——→磁朱丸と併用する。
- ・慢性の咳嗽（陰虛内熱による）——→止嗽散と併用する（荊芥を除き，貝母を加える）。
- ・鼻出血の頻発（陰虛内熱による）——→牛膝・枳殼・炒芥穗・童便を加える。
- ・齒茎の出血（陰虛内熱による）——→牛膝・骨碎補・蒲黃を加える。
- ・目眩・耳鳴り（陰虛陽亢進による）——→川楝子・牛膝・石決子・夏枯草を加える。

### ●長期服用について

- ・補陰薬は，人体にとって比較的消化しにくいものです。服用後，食欲の低下，腹部の膨満感，大便の異常などがみられる場合は，少量から始めて，少しずつ体になじませるとよいでしょう。
- ・カゼをひいているときや，下痢をしているときなどは一時服用を停止します。
- ・とくに異常がなければ，月経期に服用しても問題はありません。
- ・妊婦が服用することも可能です。もともと腎陰虚の体質の人は，妊娠中に補腎薬を服用すると健康な子供が生まれると主張する人もいます。しかし特別な必要のない限り，あえて妊娠中を選んで服用する必要はないと思います（服用に際しては，必ず中医師の指示を受けること）。

### ●使用上の注意

- ・単純な陰虚ではなく，同時に「湿」や「痰湿」がある場合，原方のままでの使用はできません。
  - \* 「湿」「痰湿」のある場所や性質（寒熱など），陰虚証とのバランスによって，現れてくる症状はさまざまです。腎陰虚を主としたものであれば，六味地黄丸の基礎のうえに，必要に応じて化痰薬や去湿薬などを加えれば使用できます。「湿」「痰湿」と腎陰虚の力関係が同等か，または「湿」「痰湿」の方が強い場合，組成薬間のバランスを変えるか，または加減を行うことで「瀉」を強めた「補瀉併用」に作り変える必要があります（8頁参照）。
- ・陰陽両虚の場合も原方のままの使用はできません。
- ・六味地黄丸は腎陰虚証を治療する方剤であり，陰虚火旺証を治療する作用は弱いです。陰虚のうえに生じた虚火が強い場合，たとえば知柏地黄丸のように六味地黄丸に清熱薬を加えて使います（知柏地黄丸21頁参照）。

## 2 応用のための基礎知識

### 六味地黄丸の背後にある中医理論



#### 1 基礎理論

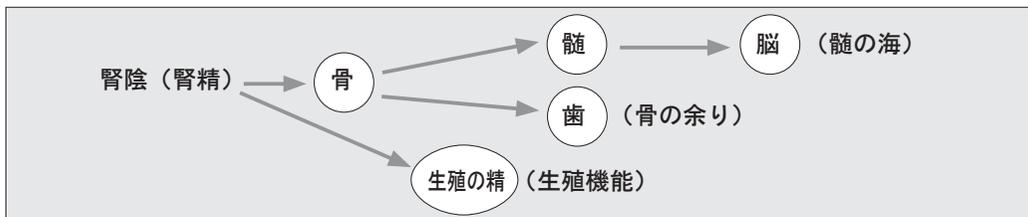


#### ●腎陰（腎精）と骨・歯・髓・脳・生殖機能の関係

中医理論がいう腎陰・腎精とは、たんなる腎臓を越えた非常に広い概念です。この広い概念を理解していなければ、六味地黄丸は理解できません。

たとえば脳の問題があります。中医学の生理・病理観の基本は、五臓六腑を中心とした「臓象学説」という理論で語られます。しかしこの「臓象学説」は、人体にとって最も重要な器官である脳についてほとんど何も語っていません。なぜなら西洋医学がいう脳の機能は、中医学がいう五臓六腑のなかにのみ込まれているからです。なかでも最も関係が深いのは腎・心・肝などです。だから西医で脳の問題とされる疾患でも、中医では腎から治すことがあるのです。

全体についていうと、腎陰や腎精は骨や髓を生む元になるものです。歯は「骨の余り」と呼ばれています。そして脳は中医学では「髓の海」と呼ばれています。また、このほかに腎精は「生殖の精」を生む元でもあります。まとめると下の図のようになります。



中医学の「腎」は、上の図が示すような一連の総合的機能体系と、それを支える物質や物質間の代謝などを含んでいます。だから六味地黄丸を用いて腎陰を補うと、骨・歯・脳・生殖機能などの問題を解決することができるのです。

#### ●腎陰虚の全身への影響

中医学では、腎は「先天の本」と呼ばれます。『素問』上古天真論などがいっているように、

人は腎のなかに、一生の生命力を決定づける根源的な栄養分と機能力のようなものを宿して生まれてくると考えるのです。

つまり、生まれつき腎精が不足している人は長生きできないこととなります。『小児薬証直訣』にも、腎虚の人は64歳以上生きることができず、もし不摂生をすれば寿命はさらに縮まると書かれています。そして錢乙は、地黄圓（つまり六味地黄丸）を服薬することでこの不足を補い、一般レベルに追いつけることができると考えていました。

また腎は、「水火の臓」とも呼ばれるように、体全体の陰（水）と陽（火）の根源です。つまり腎陰虚とは、「腎臓という1つの臓の陰虚」と同時に「全身の陰の枯渇」という側面ももっています。だから腎陰虚は、ほかの臓の陰虚を引き起こす原因となり、体全体に影響していきます。

たとえば、腎（水）が枯渇すると、その子である肝（木）の陰血を養えなくなり、**肝腎陰虚**になっていきます。また、腎水が不足すると、上昇して「心の火」を抑えることができなくなります。その結果、相対的に心火が強まった**心腎不交**という状態が生じます。また腎の陰が不足すると、肺の陰も不足するので、**肺腎陰虚**が生じることもあります。

腎陰虚はまた、腎自体のバランスにも影響します。腎陰が不足すると、相対的に腎陽が強まり「虚火」と呼ばれる内熱が生じます（**陰虚火旺証**）。また長期的な腎陰虚は、腎陽をも弱らせ、**腎の陰陽両虚**へと発展する場合があります。

このような腎陰虚を基礎として生じたさまざまな証は、六味地黄丸を基礎として加減を行うことで治療することができます。そこで、歴代多くの六味地黄丸加減法が生みだされました。そのうち代表的なものだけを表にすると、以下のようになります。

### ■六味地黄丸の加減方

加減の目的	適応証	方 剤	
		名 称	組 成
補腎陽作用をもたせる	腎陽虚	腎気丸	六味地黄丸（地黄を乾地黄に変える）＋桂・附子
	腎陽虚＋水湿	濟生腎気丸	腎気丸＋車前子・牛膝
腎の納気作用を強める	腎不納気	都気丸	六味地黄丸＋五味子
補腎陰作用を強める	真陰虚	左帰飲	六味地黄丸より沢瀉・丹波を除き、枸杞子・炙甘草を加える。
		左帰丸	左帰飲より茯苓・炙甘草を除き、菟絲子・鹿角膠・龜板膠を加える。
補肺陰作用を強める	肺腎陰虚	麦味地黄丸	六味地黄丸＋五味子・麦門冬
補肝陰（血）作用を強める	腎陰虚＋肝陰虚	杞菊地黄丸	六味地黄丸＋枸杞子・菊花
	腎陰虚＋肝血虚	帰芍地黄丸	六味地黄丸＋当帰・白芍



冒頭の1頁で述べたように、六味地黄丸は腎気丸より派生した方剤なので、厳密に言えば、腎気丸を六味地黄丸の加減方剤とするのは間違いです。ここでは腎陰虚を中心に比較しているので、便宜上、腎気丸を六味地黄丸の加減方として扱いました。

## ●五遅・五軟と六味地黄丸

**五遅・五軟とは、小児の発育不良を現す語**です。五遅とは、立遅（立てるようにならない）・行遅（歩けるようにならない）・髪遅（髪がはえてこない）・歯遅（歯がはえてこない）・語遅（話せるようにならない）の総称です。五軟とは、頭項軟（首がすわらない）・手軟（物がしっかりつかめない）・脚軟（上手く歩けない）・筋肉軟（筋肉が発達しない）・口軟（しっかり噛めない）の総称です。

前述したように、**六味地黄丸はもともと、先天的な腎精不足による、小児の発育不良を治療する方剤**です。『小児薬証直訣』でも、腎虚の症状として、上の立遅・行遅・頭軟に該当することが書かれています。

このことから現在では、「五遅・五軟＝小児の発育不良＝六味地黄丸の適応疾患」という乱暴な理解が生まれています。しかし**五遅・五軟のすべてに六味地黄丸が使えるわけではありません**。簡単にまとめると、以下のようになります。

	分類	治療法
五 遅	立 遅	主に骨の問題 → 「補腎」が中心
	行 遅	
	歯 遅	
	髪 遅	主に血の問題 → 「養血」が中心
	語 遅	主に智慧の問題 → 「養心」が中心
五 軟	頭項軟	主に骨と筋肉の問題 → 「脾腎両補」が中心
	手 軟	
	脚 軟	
	筋肉軟	
	口 軟	

六味地黄丸は補腎剤なので、上表でいえば、立遅・行遅・歯遅などの治療に向いています（ただし、六味地黄丸は、数ある補腎剤の1つにすぎません）。また、純粋な先天的不足によるもののほかに、感染による「ひきつけ」を起こしたのちに五遅・五軟が起こる場合もあります。その場合、元気の損傷などほかの要素も考慮する必要があります。

## 2 臨床応用

### ●方剤の特徴を利用した応用法

前述したように、六味地黄丸の構造は、「3補」「3瀉」による「補瀉併用」という特徴もっています。そしてその「補瀉併用」は「補」（3補）を主としたもので、またその「3補」は「補腎」を主としたものです。

しかし、湯薬（煎じ薬）として処方する場合には、この**バランスを自由に変えて使う**ことが可能です。

1

#### 「3補」のバランスをかえる

「3補」を受けもっているのは、熟地黄（補腎陰）・山茱萸（補肝陰）・山薬（補脾陰）です。原方では、熟地黄の用量が最も多くなっています。

### ●遺精・早漏・目眩などを主訴とする場合

これは「腎気不固」によってもたらされた「腎陰虚」です。固渋作用のある山茱萸や山薬を主とした六味地黄湯に変えて使うことができます（さらに加減を行う）。

〈例〉 清代・程鐘齡の『医学心悟』4巻にある**十補丸**（熟地黄・山薬・山茱萸・茯苓・当归・五味子・白芍・黄耆・人参・白朮・酸棗仁・遠志・杜仲・続断・竜骨・牡蛎）は、遺精を治療する方剤ですが、補気・補陰・交通心腎のうえに固渋薬を加えた構造になっています。六味地黄丸の加減方といえます。

### ●喘息・咳嗽などを主訴とする場合

腎陰虚が「腎不納気」に進むと喘息が起こります。この場合、納気作用もある山薬を主とした六味地黄湯に変えて使うことができます（さらに加減を行う）。

〈例〉 清代～民国期・張錫純の『医学衷中参西録』上巻にある**薯蕷納気湯**（山薬・熟地黄・山茱萸・白芍・牛蒡子・蘇子・柿霜餅・甘草・竜骨）は、腎陰虚の喘息を治療する方剤です。補陰部分は六味地黄丸の「3補」がそのまま使われていますが、用量は山薬が最も多くなっています。

前述したように、六味地黄丸の原方は「湿」のある証には使えません。しかし食生活の豊かな現代では、**陰虚と湿が同時にみられる**という状態は非常に多くみられます。この場合、「補」の作用を弱めて、「瀉」の作用を強めるという方法をとります。

### 〈例〉 化陰煎との併用

清代の葉天士は、下焦の湿熱による無尿・乏尿・尿の濁り、排尿痛を主訴として、同時に腎陰虚がみられる患者を治療する際、六味地黄丸に化陰煎をあわせた方剤を使いました。

——化陰煎とは？——

〔出典〕『景岳全書』51巻・新方八陣

〔組成〕 生地黄・熟地黄・牛膝・猪苓・沢瀉・生黄柏・生知母・绿豆・竜胆草・車前子

〔主治〕 下焦（体の下部）に湿熱があり、同時に陰虚もあるという証（主訴は無尿または乏尿，尿混濁，排尿痛）。

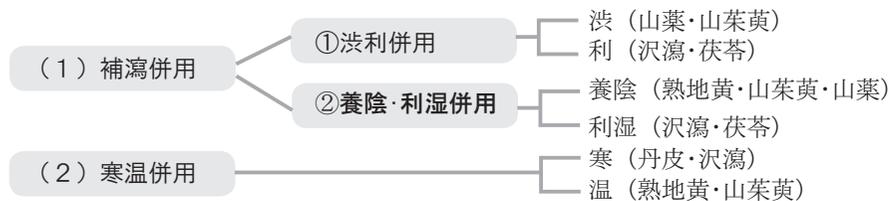
〔解説〕 構造はやはり「補瀉併用」ですが、「瀉」の占める割合が大きくなっています。

このように、六味地黄丸と、そのほかの「補瀉併用」の構造をもつ方剤との併用は多用される方法です。このほかにも、たとえば腎陰虚の基礎のうえに、下焦に湿熱のある慢性肝炎を治療する際には、**六味地黄丸に猪苓湯をあわせて使う**方法もあります。

## ●滋陰利湿法の中の六味地黄丸

前述のように六味地黄丸は、湿邪の存在する陰虚証に使うこともできます。それは六味地黄丸の、3補3瀉という「補瀉併用」のほか「養陰・利湿併用」も含んでいるからです（下図参照）。

### ■六味地黄丸の構造



陰虚＋湿（または湿熱，痰など）という証は，慢性肝炎・慢性腎炎・自己免疫性疾患・各種血液病など，西医・中医を問わず，現在治療の難しい疾患に多見されます。しかし，「陰虚＋湿」といっても両者のバランスはさまざまで，方剤も，その状況に応じて選択されます。

簡単にまとめると、以下のようになります。

### ■ 滋陰利湿法のいろいろ

	適応証	方剤例
滋陰を主とする	陰虚>湿邪	六味地黄丸 濟陰湯（『医学衷中参西録』）（熟地黄・生亀板・白芍・地膚子）
滋陰・利湿の 対等な併用	陰虚＝湿邪	『湿熱病篇』第30条（元米・於朮） 『湿熱病篇』第12条（西瓜汁・金汁・鮮生地汁・甘蔗汁 鬱金・木香・香附・烏薬） 化陰煎（前述）
利湿を主とする	湿邪>陰虚	猪苓湯（『傷寒論』）（猪苓・茯苓・沢瀉・滑石・阿膠） 牡蛎沢瀉散（『傷寒論』）（沢瀉・商陸根・蜀漆・葶藶子・ 牡蛎・海藻・栝楼根）

この表は、滋陰利湿法のなかでの、六味地黄丸の位置を認識することが目的なので、「陰虚と湿のバランス」という角度からのみ比較しています。実際に湿熱証を治療する場合には、このほか「湿と熱のバランス」「気血」「部位」「季節」「兼邪」など、さまざまなことを同時に考慮する必要があります。

## 3 いろいろな解釈

「1 基本を押さえる」（2頁）で紹介した六味地黄丸の基礎知識は、中医学の歴史のなかでの多数意見です。しかし常に学説の束として存在している中医学には、唯一絶対の真理という考え方はありません。そこで、なるべく多くの解釈に触れることが必要となります。以下に、その一部を紹介します。

### ● 少し違った解釈

1

#### 山薬を補肺薬として理解する

これは清代・羅美の『古今名医方論』に、柯琴（清代の医師）の説として載せられているものです。五行学説では、肺（金）は腎（水）の母です。つまり肺が腎を生むわけです。そこで補腎を行う場合には、その母である肺から治すのだという解釈です。