

# COVID-19・補中益気湯・ いま私にできること

札幌市医師会  
札幌南一条病院

## 眞木賀奈子

2020年12月上旬現在、COVID-19の第3波が日本において猛威を振るっている。感染者数等の日々の統計、心がけ（手洗い・マスクを励行し、三密を避ける）は周知のごとくで、差し迫る医療崩壊に、いま何か自分にできることといえば、ズバリ補中益気湯の効用を広めることだと思う。

対象は？—第一に医療従事者である。日常業務が変化と緊張に満ち、人間関係にも気を配り、夜勤や当直など体内時計のリズムが崩れやすいところに、リモートどころか、最も感染のリスクが高いところで仕事をし、帰宅後は家庭での仕事もある、飲み会・カラオケなどでのストレス解消はできない…心身ともに疲労困憊している医療従事者が確実に増えていることは間違いなく、離職の問題にもつながると危惧する。そのような方々に、補中益気湯の内服をおすすめしたい。さらには、医療従事者だけでなく、定期の通院患者さんにもあてはまる方がいると思う。

なぜ補中益気湯なのか？—補中益気湯の免疫機能低下の改善作用（マクロファージやNK細胞への作用）や感染防御に対する作用（ライノウイルス、インフルエンザウイルス等への効果）により、COVID-19の感染予防や無症候性キャリアの発症予防効果が期待できる（小川恵子先生の日本感染症学会への特別寄稿改訂第2版、日本医事新報の渡辺賢治先生の緊急寄稿、いずれも、2020年4月に発表されネット検索可能です。そのほか、COVID-19対策北里プロジェクトの一環である漢方プロジェクトもご参照ください）。そもそも、補中益気湯は中（胃・腸）を補って元気を増すという意味から名付けられた、補気剤の王者であり、別名「医王湯」ともいわれている。私自身がそうであるが、補中益気湯を飲んで、癒され元気が出てくる方が続出することを期待する。

どのように処方するのか？—「今日の治療薬2020」にあるように、エキス顆粒は1包2.5gもしくは1包4gと製薬会社によって違う。1日3包までが保険適用で、感染予防で使用するのであれば、仕事前に1包、疲労感が強ければ仕事後にもう1包くらいでよいと思う。飲み方としては、食事の影響を受けない時間（食間）にお湯に溶かして飲むのが一番効果的と考えられている。というのも、漢方薬は生薬（しょうやく）の構成の妙味であり、食事の食材がその生薬構成に影響を与える可能性があるか

らだ。また、「今日の治療薬2020」には掲載されていないが、エキス錠も医療用で存在している。1回量が6錠（3錠が1包化されている）1日3回までで、補中益気湯の味や飲み心地がダメだとか、温服の時間がない方への選択肢になる。

副作用は大丈夫か？—西洋薬と同じように処方後も注意深く様子を見、必要であれば適宜検査をすることで問題はないと考える。補中益気湯には間質性肺炎や肝障害を起こしやすいとされる黄芩（オウゴン）は構成生薬に含まれていないし、偽性アルドステロン症の原因とされる甘草（カンゾウ）の量は1日3回内服しても1.5gと比較的少ない。なお、甘草の副作用については、服用量・服薬期間・年齢・体格の4要素が絡んでおり（高齢者、やせ型の人注意）、「耐性に個体差のある用量依存性」と考えられている。過去の10件の臨床研究（9件は前向き試験）での発症頻度の調査では、甘草1、2、4、6g/日での平均発症頻度は1.0、1.7、3.3、11.1%であったと昨年の日本東洋医学会学術総会にて発表されている。甘草を含む別の漢方を内服していないかを確認することが大事である。また、内服している本人が飲みたいという気持ちが必要ならば、飲み続けられない方がよいと思う。

あなたは誰か？—漢方診療を実践し始めて5年の若輩者であるが、素晴らしい師に恵まれていることに深く感謝している。COVID-19がここまで切羽詰まってきた状況において、COVID-19に対する西洋医学的evidenceがまだ確立されていないという理由だけで、漢方薬があまりにも軽視されていることに疑問を禁じ得ない。完璧を目指さず、批判を恐れず、身近にできることから、一隅を照らすことができればと願う次第である。