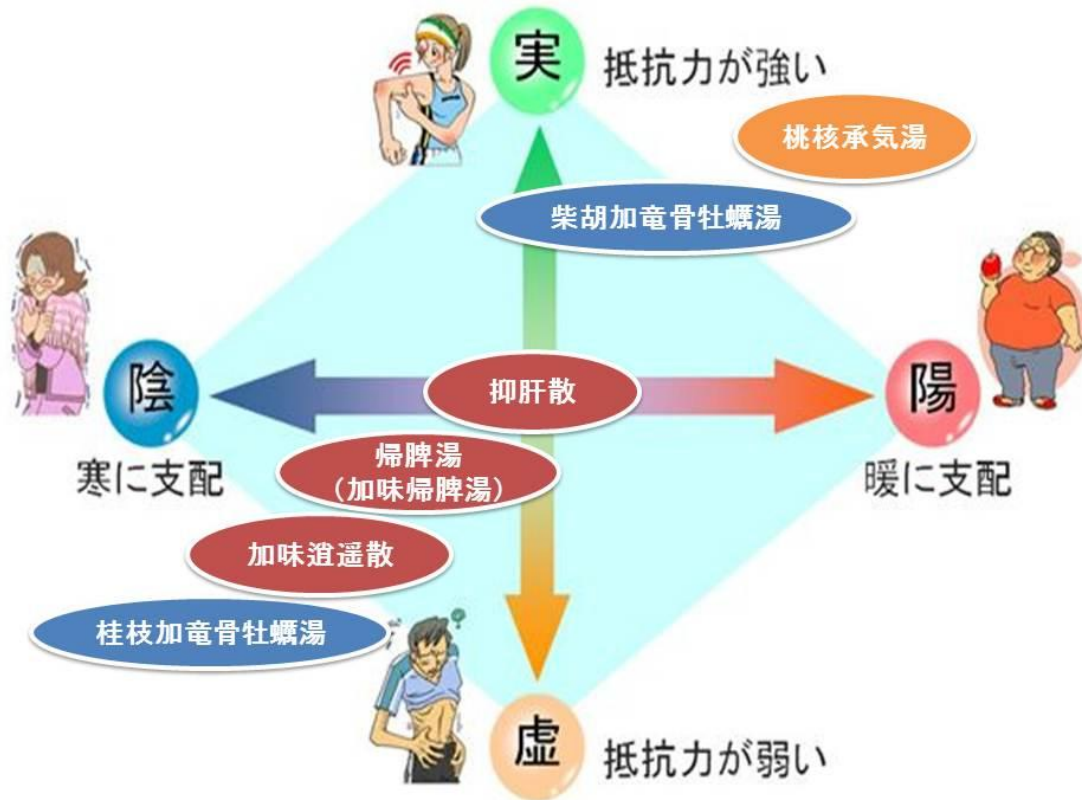


1. イライラ・不安における漢方薬の使い分け



- 体力のある方の不安障害には、**柴胡加竜骨牡蠣湯**(サイコカリユウコツボレイトウ)、月経前後のイライラには**桃核承気湯**(トウカクジョウキトウ)
- 虚弱でイライラ、不眠、動悸を伴う場合には**抑肝散**(ヨクカンサン)、**帰脾湯(加味帰脾湯)**((キヒトウ(カミキヒトウ))、**加味逍遙散**(カミショウヨウサン)
- 虚弱で冷え症、倦怠感・動悸を伴う場合には、**桂枝加竜骨牡蠣湯**(ケイシカリユウコツボレイトウ)

さらに、下記に代表的なイライラ症状に対する漢方薬を示します。

2. 黄連解毒湯(オウレンゲドクトウ)…イライラ・のぼせ

体力中程度以上で、のぼせ気味で顔色赤く、イライラして落ち着かない傾向のある人には**黄連解毒湯**(オウレンゲドクトウ)が適します。

黄連解毒湯は、「胃炎、不眠症、動悸、口内炎、湿疹皮膚炎」のような症状・病名に適します。
なお黄連解毒湯は更年期の婦人のイライラやのぼせ感(更年期障害)にも用います。

黄連解毒湯には、黄連、黄ゴン(オウゴン)、黄柏(オウバク)、山梔子(サンシシ)という4種類の
苦い生薬が配剤されています。漢方医学では苦い生薬は、熱(のぼせ)を冷やし、気持ちの逆上
(気逆ーキギャク)を治すと考えています。

黄連解毒湯の4生薬の中では黄連と山梔子(クチナシ果実)がイライラを鎮めるのに寄与してい
ます。

3. 三黄瀉心湯(サンオウシャシントウ)…イライラ・のぼせ・便秘

黄連解毒湯の方と同じような病態で便秘であれば、**三黄瀉心湯**(サンオウシャシントウ)を短い
期間使用することもあります。本方は、黄連、黄ゴン、大黄(ダイオウ)から構成される黄連解毒湯
の関連処方です。

大黄にもイライラを鎮める効果が期待できます。

4. 大柴胡湯(ダイサイコトウ)…イライラ・腹部膨満感

柴胡を含む処方には**大柴胡湯**(ダイサイコトウ)や**柴胡加竜骨牡蛎湯**(サイコカリユウコツボレ
イトウ)がイライラに用いられます。

大柴胡湯は、体力が充実し、大声でどなりちらすような雰囲気、活性が高く肥満、便秘傾向の
人に適します。大柴胡湯は、「不眠や高血圧に伴う頭痛、肩こり、耳なり、じんましん、痔疾」のよ
うな症状・病名に適します。

大柴胡湯の生薬の中では柴胡と大黄と枳実(キジツ)がイライラを鎮めるのに寄与しています。
とくに大黄と枳実は、腹部膨満感を軽減して不快感を解消します。