

がん 緩和ケア における 精神症状の 漢方薬 アプローチ

上村恵一 著

国家公務員共済組合連合会 斗南病院
副診療部長・緩和ケアセンター長

せん妄・
不安・
抑うつ・
倦怠感を
改善する
処方術

中外医学社

はじめに

がん医療の現場において、患者が抱える苦痛は身体的な症状にとどまりません。不安や抑うつ、不眠といった精神症状や、食思不振・倦怠感などの不定愁訴は相互に複雑に絡み合い、患者の QOL（生活の質）を著しく低下させます。これらの症状が改善されない場合、患者自身の治療意欲が減退し、時にはがん治療そのものの進行や継続を妨げる要因にもなり得ます。特に高齢のがん患者においては、西洋薬による対症療法を重ねることでポリファーマシー（多剤併用）に陥り、副作用や相互作用のリスクが高まる点も重大な課題です。

このような課題に対し、心身を一体として捉える漢方医学のアプローチは、非常に有用な選択肢となります。西洋医学が特定の疾患や局所の症状を標的とするのに対し、漢方医学は患者個々の体質や病態のバランスを診る「証」に基づき、全身状態を「補う」治療を行います。例えば、消化器症状と精神的不安が同時に出現している場合でも、患者の「証」に適した漢方薬を選択することで、単一の処方で複合的な症状を包括的かつ穏やかに改善することが期待できます。

また、がん患者の中には精神科の受診や向精神薬の内服に対して、依存性への不安や心理的抵抗（スティグマ）を抱く方が少なくありません。自然由来の生薬からなる漢方薬は、「体に優しく体質を整える」という受容しやすいイメージを持ち、精神的介入への心理的ハードルを下げる重要な「橋渡し」の役割を果たします。

本書は、がん医療に従事する医療者が精神症状に対する漢方治療を臨床で円滑に実践できるよう、その学術的根拠と具体的な臨床応用を分かりやすく提示することを目的としています。西洋医学の治療と漢方医学の補完的介入を融合させることで、がん患者の心身の苦痛を和らげ、治療を支える一助となれば幸いです。

2026 年 10 月

国家公務員共済組合連合会 斗南病院
副診療部長・緩和ケアセンター長

上村恵一

がん医療における漢方薬の可能性

がん医療の現場では、患者の身体的苦痛に対する治療が中心となりがちですが、それに伴う精神的苦痛、特に「不定愁訴」と呼ばれる多様な症状への対応もまた、重要な課題となっています。不安、不眠、食思不振、倦怠感といったこれらの症状は、患者の QOL（生活の質）を著しく低下させるだけでなく、治療そのものの進行を妨げることさえあります。特に高齢のがん患者では、これらの不定愁訴が複雑に絡み合い、西洋薬による対処ではかえってポリファーマシー（多剤併用）に陥るリスクも高まります。

本章では、そのような状況を打開する新たな選択肢として、精神科領域における漢方薬の可能性について解説します。西洋医学を「攻め」の医療とするならば、漢方医学は「補う」という概念に基づいた医療です。この補完的なアプローチが、現代のがん医療にどのようなメリットをもたらすのか、その学術的根拠と臨床的応用を交えながら掘り下げていきます。

1. 治療を阻む不定愁訴と漢方薬の有効性：心身相関の視点から

がん患者、特に高齢者に見られる不定愁訴は、一言で片付けられない多岐にわたる症状の集合体です。不安や抑うつ、不眠、そして食思不振や吐き気、疲労感、便秘や下痢といった消化器症状が複雑

認知症の BPSD を改善する漢方： 緩和ケアの視点から

1. がん医療と認知症の行動・心理症状（BPSD） の接点

緩和ケアの現場では、がんと診断された時点から、患者が抱える身体的苦痛、精神的苦痛、社会的苦痛、スピリチュアルな苦痛の全側面に対応することが求められます。近年、高齢化に伴い、がん患者が認知症を併発しているケースがますます増加しています。

認知症そのものによる苦痛に加え、その周辺症状である BPSD (behavioral and psychological symptoms of dementia：認知症の行動・心理症状) は、患者ご自身だけでなく、ご家族や医療従事者にとっても大きな負担となります。BPSD は、不安、焦燥、興奮、易怒性、幻覚、妄想、そして無気力や抑うつなど多岐にわたり、患者の QOL を著しく低下させます。

一般的に、BPSD の治療には認知症治療薬や抗精神病薬が用いられますが、これらの薬剤は高齢者、特にがんの進行期や末期状態にある患者においては、副作用のリスクが高く、慎重な投与が求められます。多剤併用による薬物相互作用も懸念されます。

このような背景の中で、複数の症状に穏やかに作用し、比較的副作用のリスクが低い漢方薬は、認知症を併発したがん患者の緩和ケアにおいて、極めて重要な役割を担います。

本章では、BPSD の主要な症状パターンごとに、緩和ケア領域

で特に有用性が高い漢方薬について、そのエビデンスと臨床的な活用法を解説いたします。

2. 陽性症状のファーストチョイス：抑肝散

よくかんさん 抑肝散とは

BPSD の中でも、介護負担が特に大きいのは、興奮、易怒性（すぐに怒る、怒鳴る）、徘徊、暴力、夜間の不眠やせん妄などの陽性症状です。これらの症状に対して、現在、日本国内で最も広く、かつ科学的根拠を持って使用されている漢方薬が抑肝散です。

抑肝散は、もともと小児の夜泣きや「ひきつけ」に使用されてきた処方であり、「肝^{かん}」の興奮を鎮めることを目的としています。「肝」とは、漢方医学における概念で、自律神経系や精神・情動の安定、血流の調節などに関わります。ストレスや疲労によって「肝」のバランスが崩れ、気が上逆（逆上）することで、興奮やイライラが生じると考えます。

構成生薬と適応の「証」

抑肝散は、以下の7つの生薬で構成されています。

- 釣藤鈎^{ちようとうこう}：主に「肝」の熱や風を鎮め、痙攣や興奮を抑える。鎮静作用の中心。
- 柴胡^{さいこ}：気の鬱滞を解消し、精神的な緊張やイライラを緩和する。
- 当帰^{とうき}：血を補い、鎮静作用を持つ。

緩和ケア・精神症状に用いる 主要漢方方剤の臨床詳解

緩和ケアの現場において、漢方薬は西洋医学の「攻め」の治療を支える「守り」と「調整」の要となります。本章では、特に頻用される 10 処方について、その真髄を解説します。

1. 補中益気湯 ほちゅうえっ きとう

生薬構成の解説

「補中（中焦＝消化器を補う）」し、「益気（気を増す）」することからその名がついた、補剤の王道です。

- にんじん 人參・おうぎ 黄耆：「参耆剤」と呼ばれ、気を強力に補います。
- びやくじつ 白朮・かんぞう 甘草・たいそう 大棗・しょうきよう 生姜：消化吸収を整えます。
- とうき 当歸：血を補い、巡りを良くします。
- ちんぴ 陳皮：消化を助け、気の停滞を防ぎます。
- しょうま 升麻・さいこ 柴胡：「昇提作用」を持ち、内臓の下垂や、落ち込んだ気分を「持ち上げる」役割を果たします。

処方のコツとポイント

「医王湯」の異名を持ち、がん悪液質による倦怠感や、術後の体力低下に第一選択となります。

- 「昇提作用」の活用：脱肛や子宮脱だけでなく、精神的な「落ち

込み」に対しても、この昇提作用が働きます。「気」が下に抜けてしまっているような、覇気のない状態に有効です。

- **微熱のコントロール**：がん性微熱に対しても、解熱薬ではなく、
かんおんじょねつ
「甘温除熱」という考え方で熱を引かせることができます。

ピットフォール

- **実証への誤用**：体力が充実しており、イライラが強い「実証」の患者に用いると、熱がこもりすぎて不眠や興奮を助長することがあります。
- **実熱がある場合**：炎症が激しく、高熱が出ている急性期には向きません。あくまで「虚」の状態に対する薬です。

か み き ひ と う 2. 加味帰脾湯

生薬構成の解説

「帰脾湯」に「柴胡」と「山梔子」を加えた処方です。

- **人参・黄耆・白朮・茯苓・甘草**：気を補います。
- **当帰**りゅうがんにく・**竜眼肉**さんそうにん・**酸棗仁**おんじ・**遠志**：血を補い、心を安んじます（安神作用）。
- **柴胡**さんしし・**山梔子**：熱を冷まし、イライラを鎮めます。

処方のコツとポイント

「けつ血」が不足して心が不安定になった「心脾両虚」の状態に最適です。

- **「思い悩み」による不眠**：考え事が止まらず、不安で眠れないがん患者によく効きます。特に、貧血傾向があり、顔色が冴えない

緩和ケア・がん医療における漢方 Q&A： 緩和ケア医が答える 30 の知恵

緩和ケアの現場では、西洋医学的な治療だけでは届かない「隙間」の苦痛が数多く存在します。本章では、漢方医学の視点からそれらの悩みにどう向き合うか、30 の質問を通じて詳説します。

1. 漢方治療の基本と理念

Q1. なぜ緩和ケアで漢方薬が注目されているのですか？

回答：緩和ケアが対象とする「全人的苦痛（トータルペイン）」は、身体、精神、社会、スピリチュアルな問題が複雑に絡み合っています。漢方医学には「心身一如^{しんしんいちにょ}」という、心と体は分けられない一つのものであるという根本思想があります。例えば「食欲がないから元気がなくなり、不安になる」という悪循環に対し、漢方薬は消化器と精神の両面に同時に働きかけることができます。西洋医学の「攻め」の治療（手術、抗がん薬）に対し、患者の本来持っている「守り」の力や「回復力」を補うことができるのが、漢方の最大の強みです。

Q2. 西洋薬と漢方薬の一番の違いは何ですか？

回答：西洋薬は特定のターゲット（受容体や酵素など）にピンポイントで作用する「鋭い刃物」のようなものです。一方、漢方薬は複