

夏になると流行する急性胃腸炎

「水を飲むと嘔吐してしまい、下痢ではないけれども便も何回かでした」と訴えられる患者さんが来院されました。夏になると増えてくるのがウイルスや細菌が原因の急性胃腸炎です。漢方医学的には水を飲むと吐いてしまうことを「水逆」といいます。

この状態には「**五苓散**」が有効です。五苓散は体の水の滞りを治してくれるので、嘔吐おう吐も、軽ければ下痢も治まります。五苓散を少量のお湯で溶かして、スプーンでチビチビ飲んでいただき、その後に点滴をしました。速効性があるので、点滴をやっている間に吐き気もおさまったようでした。

急性胃腸炎が治まるまでに大体3日くらいかかります。この間、脱水を予防することが最も重要なので、先ほどの患者さんのようにできるだけ早くに点滴をすることが望ましいのですが、受診することができなかつたり、点滴を受けてもその後の脱水予防が必要なので、このために最近使われるようになったのが経口補水液です。

大塚製薬からOS-1という商品名で市販されていますが、この経口補水液は家庭でも簡単に作ることができます。水1リットルに、砂糖大さじ4と1/2杯、塩小さじ1/2杯を加えます。私も作ったことがあります、レモン汁を加えた方が味が良くなります。

本来、水は大腸から吸収されますが、炎症のため吸収ができなくなっているので、代わりに小腸から水を吸収させる方法として、経口補水液が作られたそうです。砂糖と塩が小腸から吸収されるときに、水も一緒に吸収させるのにこの濃さが丁度いいのだそうです。一度にたくさん飲もうとせずに、少量ずつ回数を多く飲むのがコツです。

五苓散(ごれいさん)

構成生薬	ぶくりょう ちよれいたくしゃ けいひそうじゅつ 茯苓、猪苓沢瀉、桂皮蒼朮
効果・効能	浮腫、悪心・嘔吐、下痢、めまい、二日酔い、頭痛に使います。

この方剤は漢方薬独特の効能で、浮腫みのような体に水が余った状態にも嘔吐や下痢のように足らなくなった状態にも用います。水分の調節異常を漢方では水滞といいますが、これを治す代表的方剤が五苓散です。

水滞をみる指標として下に歯の痕が残る、しこんぜつ歯痕舌というものがあります。ちなみに私は歯痕舌があるので、五苓散をずっと服用しています。

急性胃腸炎以外でも夏期に脱水症の注意が必要なのは「熱中症」です。

当院は高齢の患者さんが多いので、毎年熱中症で点滴をする患者さんが多くなります。高齢者は温度感覚が鈍くなるのと、口渴を訴えなくなること、体温調節がうまくいかなることなどで、熱中症になりやすいのです。熱中症の重症度は3段階分かれています。

I度（軽症）は… 従来、熱けいれんといわれていたもので、こむら返りが起こります。
II度（中等症）は… 熱疲労といわれていたもので、頭痛や倦怠感を訴えます。
III度（重症）は… 熱射病で、意識障害が出ます。

II度は点滴治療をします、できるだけ早く受診してください。I度でもこむら返りがおさまらなければ点滴が必要です。高齢者の熱中症は室内での発症が多いので、予防には室温の適切な調節と十分な水分摂取が重要です。

体のだるさを抑える漢方薬として、ほちゅうえつきとう補中益気湯やせいしよえつきとう清暑益気湯という方剤もありますので、ご相談ください。