

膝の痛みについて

膝の痛みを引き起こす原因は、関節リウマチなどの病気の他、スポーツや交通事故による障害など様々あります。中高年で最も多いのが変形性膝関節症で、特に更年期以降の女性に多くみられます。女性の場合、閉経後の女性ホルモン低下により骨量が減少すると大腿骨がわん曲しやすくなってO脚を呈し、膝への負担が増える結果、軟骨の摩耗が進み骨の変形が進行します。

加齢などによる膝の痛み

年をとると増えてくるものに、関節軟骨がすり減り、関節の骨が少しずつ変形してくるためにおこる変形性の膝関節症や脊椎症があります。クッションの役目をしている関節軟骨が破壊されて消失するため、階段を降りる時などの衝撃を吸収できず、腰や膝などの関節に痛みを感じます。肥満やO脚も痛みの原因

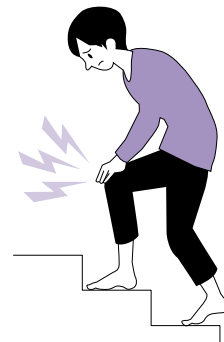
になります。

膝の痛みの予防と改善

加齢に伴う膝や腰の痛みを助長するのが、肥満や膝・腰の筋力の低下です。そのため、肥満に気をつけること、軽い運動で筋力を維持することが膝の痛みの予防や改善に大切です。

薬物療法、理学療法、鍼灸などが関節や筋肉の動き、神経な

どを阻害する原因に働きかけ、痛みやしびれなどを改善します。



今日の漢方処方

防已黄耆湯《金匱要略》

色白で水太り、筋肉が軟らかい体質で、疲れやすく、汗をかきやすく、むくみやすい人に用います。肥満症、多汗症、膝関節炎、関節痛などに応用します。

防已黄耆湯の構成生薬

ホウ	イ	カン	ソウ
防	已	甘	草
オウ	ギ	ショウ	キョウ
黄	耆	生	姜
ビャク	ジョツ	タイ	ソウ
白	朮	大	棗

防 已

オオツツラフジは、本州関東南部以西に自生する落葉性でつる性多年生草本です。雌雄異株で初夏に花を咲かせます。防已は利水、止痛の薬能を持ち、防已黄耆湯、疎経活血湯に配合されています。主な含有成分はシノメニンで、主な薬理作用は中枢抑制作用・血圧降下作用・鎮痛作用・抗炎症作用などです。

日本薬局方の防已は、ツツ



ラフジ科のオオツツラフジ (*Sinomenium acutum*) のつる性の茎及び根茎です。慣用名で漢防已と呼ばれています。なお中国産の漢防已は同じ名称でも全く異なる植物です。中国で市販されている主な防已は粉防已・広防已・木防已・漢中防已などがあります。いずれも日本薬局方の防已とは基原が異なり、注意を要します。