

# 尋常性痤瘡（にきび） の漢方治療



# ニキビの中医学的理解

- 中医学では、体内で発生した余分な「熱」が皮膚に影響を与え、そこに外界の熱（風熱）の刺激が加わると、ニキビができると考えます。また体の内部のバランスが崩れ、血熱・湿熱・痰湿などの病邪が体表部を犯すことでニキビが発生します。

そのため、体内のどこに熱がこもっているかを見極め、その熱を取り除いたり、余分な熱が発生しないように体のバランスを整えるといった治療が必要です。



# (1) 肝鬱化火

- 症状は、ではじめは軽いが、だんだん赤みを帯びてきて熱感がだんだんと出てくる。にきびの大きさは、小さいものから大きなものまであり、先端に膿を持つ。できる部位は、こめかみ・頬・胸・背中などにできやすい。女性は、月経前にいらいらしたり、胸が硬く張ったり痛んだりする
- 代表処方 . . . . 加味逍遥散・逍遥散・大柴胡湯
- 経血に塊があれば桂枝茯苓丸を併用



## (2) 肝胆湿熱型

- 比較的イライラすることが多い。赤みや熱感があり顔の下半分にできやすいのが特徴。皮膚から盛り上がり先端が膿む。女性では、日頃からおりものが多く、黄色や臭いがきつくなるのが特徴。

代表処方 . . . . 竜胆瀉肝湯



## (3) 脾胃湿熱型

- 赤みや熱感がある。できる部位は、口のまわりから顎にかけてでる。先端は膿む。湿熱なので皮膚から盛り上がる。その他の特徴として、食欲旺盛・不眠傾向・口内炎・下痢軟便傾向などの症状が特徴。

代表処方・・・黄連解毒湯・半夏瀉心湯・黄連解毒湯解合平胃散



## (4) 風熱型

- できる場所が移動し、次から次へと新しいにきびがでる。

額・眉間・頬に多く皮膚がもりあがります。風熱なので、赤みがあり熱を持って痛みや痒みがある。食欲旺盛な青春型の若者に多い。

代表処方・ 清上防風湯 ・ 荊芥連翹湯 ・ 防風通聖散



## (5) 脾肺気虚型

- おとなしいにきび。色が薄く、皮膚の色と変わらないにきびです。熱感もなく痒みもない。食欲にむらがある。
- 代表処方・・・補中益気湯・人参湯
- ヨクイニンエキス併用



## (6) 痰湿型

- できるにきびは、皮膚と同じ色。場所も移動せず、皮膚から盛り上がり体調によって大きさに変化あり疲れたりすると大きなにきびになる。熱感や痒みもなく頬から額にかけてできるのが特徴です。

代表処方・・・二陳湯と平胃散の併用・六君子湯・半夏白朮天麻湯





## (7) 気血兩虚型

- 赤みはなく色が薄く、褐色に近いものがある。  
場所も移動せず、大きさも常に変わらず、熱感も痒みも無いのが特徴です。
- 代表処方・・・当帰芍薬散・十全大補湯・人參養栄湯



## (8) 瘀血型

- にきびが治った後に、皮膚の色が赤紫色になる。  
色素沈着して残ったこの状態は、中医学では「瘀血」と呼ぶ。いろいろな原因で、血の流れが停滞し「血お」となる。しみもこのお血型です。単独で存在することはなく他の要因もあるのでそちらの治療も同時に行う。「気滞血お」「気虚血お」「痰お互結型」があります
- 代表処方・・・桂枝茯苓丸



# にきびに用いる処方



# 清上防風湯

- 適応病名としてにきびがある。
- 黄連1.0、黄芩2.5、山梔子2.5、荊芥1、連翹2.5、薄荷1.0、桔梗2.5、浜防風2.5、川芎2.5、白芷2.5、枳実1.0、甘草1



# 使用上の注意

- 黄連、黄芩、山梔子と黄連解毒湯がはいり、連翹、薄荷と涼性の生薬が多く含まれる。
- 基本的には元気な思春期の男性ニキビ
- おでこのにきびによい。
- 女性ならよほど男性的なタイプに使わないと
- 陰分をそいでしまうし、（清熱燥湿薬）
- 気もそこなって元気がなくなり、
- 冷えてしまう。（清熱の行き過ぎ）
- 脾を守るものは甘草 1 g



# 荊芥連翹湯

- 荊芥1.5、連翹1.5、黃連1.5、黃芩1.5、黃柏1.5、山梔子1.5、當歸1.5、芍藥1.5、川芎1.5、地黃1.5
- 柴胡1.5、防風1.5、甘草1.5、薄荷1.5、白芷1.5



# 荊芥と連翹

- 荊芥；性味、辛温。帰経、肺、肝。血中の風熱を透邪外出し、透疹止痒、散結消瘡に働く。
- 連翹：苦、微寒。帰経：心、小腸
- 清熱解毒、清心瀉火、消癰散結、清熱利小便



# 荊芥連翹湯

- 男性的な皮脂の多い、ニキビに用いる。
- 膿疱など深部に及ぶ炎症に対して温清飲に化膿性の炎症を抑える金銀花、連翹、発表作用のある荊芥、防風、白芷を加えた処方。
- いきすぎると皮膚が乾く。
- 荊芥連翹湯合桂枝茯苓丸





# 十味敗毒湯

- 柴胡3、**荊芥1**、**防風1.5**、桔梗3、川芎3、樸  
嗽3、**独活1.5**、甘草1、茯苓3、生姜1
- 瘡瘍の初期で局所が発赤、腫脹するもの。
- 隆起性のニキビ
- この処方がニキビの標準処方と考える。
- 表皮付近の膿の鬱滞をとる。



# 加味逍遥散

- 柴胡3、当帰3、芍薬3、蒼朮3、茯苓3、甘草1.5、生姜1、薄荷1、山梔子2、牡丹皮2
- 肝鬱血虚、脾失健運、心肝火旺。
- 生理前の乳房腫脹、ややきつい目、浅黒い皮膚。月経前症候群。
- いらいら怒りっぽい。口乾。顔面紅潮、脈が弦数。
- 月経前に悪化するタイプに常用処方。



# 桂枝茯苓丸

## 桂枝茯苓丸加薏苡仁

- 桂皮3、茯苓3、牡丹皮3、桃仁3
- 桂皮4、茯苓4、牡丹皮4、桃仁4、薏苡仁10
- 赤黒いニキビ。くすんだ肌色。
- 月経不順、生理痛、生理時の塊。



# 薏苡仁

- 角化合成抑制作用。
- 抗炎症作用
- 皮膚の保湿機能改善。



# 当歸芍薬散の合方

- 桂枝茯苓丸合当歸芍薬散
- 加味逍遥散合当歸芍薬散
- 当歸芍薬散合六君子湯
- 当歸芍薬散合安中散
- 柴胡桂枝湯合当歸芍薬散（みねの逍遥散変方、ニキビならながしの時期）



# 処方例

- 清上防風湯
- 十味敗毒湯、合薏苡仁エキス 6 g
- 十味敗毒湯合桂枝茯苓丸
- 荊芥連翹湯
- 荊芥連翹湯合桂枝茯苓丸加薏苡仁
- 加味逍遙散
- 加味逍遙散合十味敗毒湯合ヨクイニンエキス
- 加味逍遙散合桂枝茯苓丸加薏苡仁



# 排膿散及湯

- 桔梗4、芍藥3、甘草3、枳實3、生姜1、大棗3



# 芍薬甘草湯

- 芍薬 6、甘草 6
- 抗アンドロゲン作用、テストステロン抑制作用。





# タイプ別処方



# 化膿型

- 清上防風湯
- 荊芥連翹湯
- 十味敗毒湯
- 排膿散及湯



# ストレス型

- 加味逍遥散
- 柴胡桂枝湯
- 柴胡桂枝湯合当帰芍薬散
- 柴胡桂枝乾姜湯
- 柴胡桂枝乾姜湯合当帰芍薬散、桂枝茯苓丸



# 便秘型

- 桃核承氣湯
- 通導散
- 防風通聖散
- 大黃牡丹皮湯
- 大黃甘草湯



# 調經して治す



# 女性のにきびは月経との関係が深い。

- 月経前に悪化するものは肝気鬱結、水滯、瘀血
- 月経後に悪化するものは血虚、気虚。
- 逍遥散は肝気鬱結、水滯、血虚、瘀血を治す。



# 気虚のニキビもある。 しかし数としては少ない。

- にきびは皮脂腺の鬱滞だから実証。
- しかし、気虚によって、生体のエネルギー不足で排膿する力がなくて表皮に膿が鬱滞する。
- 代表処方は千金内托散
- 補中益気湯、黄耆建中湯が用いられる。



# 肌の状態をみて治す

- 35才女性。やややせ形で目つきするどい。勝気なタイプ。生理前にイライラ、胸が張る。
- 生理前に肌の状態悪化、脂っぽくなり、ニキビが出てくる。
- 舌紅色、白苔。加味逍遥散合桂枝茯苓丸加薏苡仁を処方。ニキビは出なくなり油もでなくなってきて絶好調。
- 一年後の秋から肌の乾燥を感じるようになった。新しいニキビはほとんど出ない。黄耆建中湯12g合温経湯5gを処方。肌に潤いがでてつやつやになった。





# 加味逍遥散の注意点

- 本当は逍遥散を使いたい症例に加味逍遥散を使っている。
- 加味逍遥散の使いすぎは陰分をそぐ。肌につやがなくなりかさつきが出てきたら注意が必要。
- 加味逍遥散合当归芍薬散、加味逍遥散合四物湯、加味逍遥散合当归飲子、加味逍遥散合温清飲



# デトックスで治す

- 防風通聖散
- 防風通聖散合通導散加ヨクイニンエキス
- 防風通聖散合桂枝茯苓丸加薏苡仁
- 肥満、湿熱タイプのニキビ。痰瘀互結症として治療するとより有効なケースが多い。



# 二宮文乃先生の口訣

- 男性ニキビ
- 芍薬甘草湯 5 g 合黄連解毒湯 5 g
- 芍薬甘草湯 5 g 合排膿散及湯 5 g
- 清上防風湯 7.5g 合ミノマイシン 3 T
- 清上防風湯 7.5g 合排膿散及湯 7.5g



# 28才、男性、膿疱性座そう、脂漏性皮膚炎、光線過敏性皮膚炎

- 手足に多汗、全体に脂漏性皮膚炎と二次感染
- 芍薬甘草湯合清上防風湯合ルリッド2T
- 芍薬甘草湯合排膿散及湯
- 荊芥連翹湯合麻黄附子細辛湯
- グリパスC
- アクアチムクリーム



# 28才、男性 膿疱性座そう、アクネケロイド

- 脂多いが、胃腸虚弱、足の冷え、風邪をひきやすい。
- 芍薬甘草湯合排膿散及湯、ビオチン2T
- グリテールパスタ、ピオクタニン亜鉛華軟膏
- 芍薬甘草湯合清上防風湯 14日
- 芍薬甘草湯合十味敗毒湯 28日
- 桂枝茯苓丸加薏苡仁合十味敗毒湯（ケロイドのため）
- 清上防風湯合平胃散
- 平胃散合当帰四逆加呉茱萸生姜湯



# 30歳、女性

- 臍上悸、腹直筋緊張、ストレス、月経やや早い。  
足の冷え
- 芍薬甘草湯合桂枝加竜骨牡蠣湯
- 桂枝加竜骨牡蠣湯合荊芥連翹湯
- 桂枝茯苓丸合荊芥連翹湯



# 44歳、女性

- イライラ、胃痛、不眠
- 桂枝茯苓丸合芍薬甘草湯
- 桂枝茯苓丸合当帰芍薬散
- 桂枝加竜骨牡蠣湯合桂枝茯苓丸加薏苡仁



# 荊芥連翹と十味敗毒湯

- 毛胞の炎症が比較的浅く、表面から膿がでるような座そうには十味敗毒湯が有効
- 荊芥連翹湯は膿疱を形成しているもの、深いところの炎症が著明なものに用いる。
- 炎症が慢性化してしこりを伴い、炎症の場が深い座そうには荊芥連翹湯が有効。

