



中医学実践コース#28  
テーマ「膀胱炎・前立腺炎・尿路結石・排尿困  
難～腎が下がると起こるシモの不調～」

1

## 自己紹介



講師：河口あすか  
三児の母  
カメラマン／WEB関係



監修：神谷成美  
二児の母  
足つぼ・経筋施術そえる堂

2

## 現代医学から見た膀胱炎

一般的に知られている膀胱炎と言えば、急性（単純性）膀胱炎のことを指し、主に大腸菌などの細菌が尿道を通り、膀胱に侵入して炎症を起こします<sup>2)</sup>。いたって健康な方でも起きる可能性がある病気、特に男性よりも尿道が短い女性に発症することが多く<sup>2)</sup>、女性の2人に1人がかかると言われています<sup>3)</sup>。また、膀胱炎は適切な治療をせずに放っておくと、発熱、嘔吐、背中や腰の強い痛みという症状が現れる「腎盂腎炎」を引き起こしてしまう可能性がある病気なので、早めに治療を受けるようにしましょう。

引用 Pfizer Japan

3

## 現代医学から見た前立腺炎

前立腺炎とは、前立腺という男性の尿道のまわりにある組織が何らかの原因で炎症を起こす病気です。前立腺炎は、急性のものか慢性のものか、細菌感染によるものか感染以外によるものかで分類されます。尿道を取り囲む組織に炎症が及ぶため、炎症による激しい痛みだけでなく、尿に関わるさまざまな症状が生じることがあります。

引用 いまもと泌尿器科クリニック

4

## 現代医学から見た尿路結石

尿路結石症は、腎臓から尿道までの尿路に結石が生じる疾患です。泌尿器科の外来でみられる疾患の中では最も頻度の高い疾患のひとつで、年間罹患率も年々上昇を続けています。特に壮年男性と閉経後女性に高頻度にみられます。

腎臓内の、遠位尿管から集合管、乳頭上皮において、シュウ酸カルシウム、リン酸カルシウム、尿酸などが尿中で飽和状態となり、結晶が析出します。結晶核が形成されると表面に晶質（シュウ酸、リン酸、カルシウム）が付着し、結晶はさらに成長、凝集し、凝集塊をもとに結石が形成されます。

→結石って一体なんなの？

引用 東京女子医科大学病院泌尿器科 腎臓病総合医療センター

5

## 現代医学から見た排尿困難

排尿困難とは、尿意を感じ排尿を試みるが、排尿時に困難を覚え排尿開始までに時間を要したり腹圧を加える必要がある状態をいいます。排尿困難がさらに進行すると膀胱内に貯留した尿が排泄できなくなります。尿閉とは、膀胱内に尿が多量に貯留し、尿意があるにもかかわらず排尿できない状態をいいます。

引用 中村クリニック 泌尿器科

6

## 中医学から見た膀胱周りの病気



- 腎の病気！
- 腎≡腎臓
- 腎臓の機能や関連するパーツまで含めた「腎グループ」

7



精の概念—人生における「体力」を知ること  
小さい頃は大小便のコントロールがゆるくて、歳を取ると大小便の病気が増える。理由はわからないけど、現代医学には対処だけがある。

8

## 中医学から見た病気の原因

- ①肺熱による癱閉—ポンプの故障
  - ②膀胱湿熱による癱閉—アルコール・辛いもの・脂っこいものの過食で湿熱が膀胱にIN
  - ③肝鬱気滞による癱閉—ストレスとかで肝の巡りが滞っちゃった！
  - ④尿路の詰まりによる癱閉—瘀血や残留精液、腫瘍、結石で詰まっている
  - ⑤脾気虚による癱閉—過労や飲食の不摂生、各種慢性疾患
  - ⑥腎陽虚による癱閉—加齢や過労による腎の機能障害
- ※癱（りゅう）＝排尿が困難になる病のこと

9

## ①肺熱タイプの膀胱炎



【主症状】尿がポタポタ出る、または点滴・黄色、咽乾、口渇（のどや口が渇く）

【随伴症状】皮膚乾燥・呼吸急促、あるいは咳、イライラ

【治療原則】

清熱潤肺、通利水道（肺熱を清め、水道の疎通を促す）

10

## ①肺熱タイプの漢方—滋陰降下湯（じいんこうかとう）



【分類】清虚熱剤

陰を補って熱をさましてくれる漢方！

【主治】乾燥した咳、寝汗、潮熱（規則正しく熱症状が現れる）

【組成】蒼朮（ソウジュツ）、地黄（ジオウ）、芍薬（シャクヤク）、陳皮（チンピ）、天門冬（テンモンドウ）、当帰（トウキ）、麦門冬（バクモンドウ）、黄柏（オウバク）、甘草（カンゾウ）、知母（チモ）

11

## 陰虚（いんきょ）とは



12

# 膀胱炎の鉄板薬、猪苓湯（ちよれいとう）



去湿剤

【組成】猪苓・茯苓・沢瀉・阿膠・滑石

※猪苓＝チョレイマイタケ（サルノコシカケ科）

※茯苓＝サルノコシカケ科

【効能】利水清熱・滋陰

【主治】頻尿・尿量減少・発熱・口の渇きがあり水分を欲する・イライラ・不眠・咳・吐き気・下痢・嘔吐・排尿困難・排尿痛・血尿

薬箱に一つ買っておくべし！

13

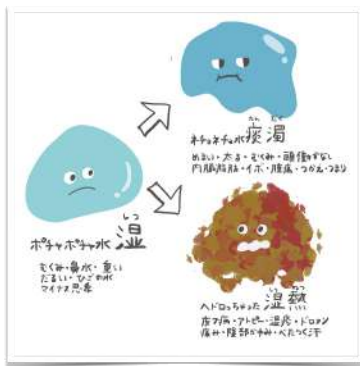
# キノコ生活！キノコ麹！



- 水湿が停留して、あふれると浮腫になり、内側に滞ると腫れた痛みに、上にいけば咳になり、下にいけば大小便のトラブルになる。
- 湿の元をなるべく取らない&超キノコ生活！

14

# 体に悪さする水一湿（しつ）



- 体の水は大きなタンクのようなモノ！水筒を1日洗わないだけでもヌルッとする、アレです。
- ヌルヌルから排水溝のぬめりみたいになると、病理性生物へ変化する！

15

# 膀胱炎といえば「中極」「膀胱俞」



16

## ①肺熱タイプのツボー曲池（きょくち）をグリグリ瀉す



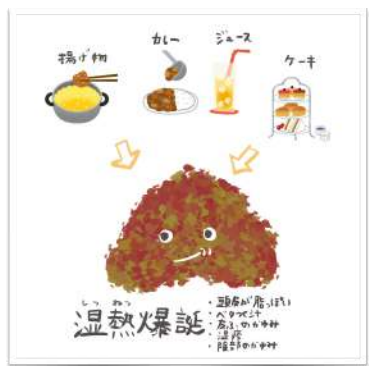
大腸が詰まるとココに出る！  
痛いのでわかりやすい！

## ツボの治療方法ー補（ほ）と瀉（しゃ）という原則



- グリグリして詰まり・コリを取る→瀉（しゃ）
- 手のひらで温める、さする→補（ほ）

## ②膀胱湿熱タイプの膀胱炎



【主症状】 排尿量が少なく黄色、尿点滴、あるいは尿が出ない、尿道痛と灼熱感

【随伴症状】 口粘、口渇あるも飲みたがらない、小腹の急痛、スッキリ排便できない

【治療原則】  
清熱利湿、通利小便  
(膀胱の湿熱を清利して、気化機能を改善し、利尿を促す)

## ②湿熱タイプの漢方ー猪苓湯（ちょれいとう）



- 要するに湿が負担！



### ③肝鬱気滞タイプの漢方ー四逆散 (しぎやくさん)



和解剤（肝気鬱結で他の臓器とうまく連携していないのを助けてくれる！）

【組成】炙甘草・枳実・柴胡・白芍

枳実→🍊みかん科

【主治】四肢の冷え、咳、動悸、尿量減少、腹痛、下痢、抑うつ感、ゆううつ感、イライラ、胸脇部が張って苦しい、腹痛

25

### ③肝鬱気滞タイプの漢方ー通導散 (つうどうさん)



理血剤

【組成】大黄・芒硝・枳殼・厚朴・当帰・陳皮・木通・紅花・蘇木・甘草

枳殼→ダイダイ・イチチャンレモンの成熟果実

【効能】活血去瘀・行気通絡

瘀血に対する実証向けの薬

26

### ③肝鬱気滞タイプのツボー太衝 (たいしょう) をグリグリする



足の厥陰肝経（肝の原穴）

【主治】頭痛、めまい、精神不安、高血圧症、月経不調、咽喉部痛

中極・膀胱俞とセットで！

27

### ④尿路詰まりタイプの膀胱炎



【主症状】尿点滴、あるいは尿が出ない、小腹部脹満感、激痛

【随伴症状】時に排尿痛や血尿がある

【治療原則】

化瘀散結、通利水道（瘀血、残留精液や結石を取り除き、尿道の通りを改善する）

漢方→通導散

28

## ④尿路詰まりタイプのツボー三陰交（さんいんこう）を瀉す



中極・膀胱俞に加えてやる！

足の太陰脾経

【主治】月経不調・不妊症・冷え性・更年期障害・EDなど

血がいっぱい集まるところ！思っきり瀉して血をめぐらせる

29

## ④尿路詰まりタイプのツボー血海（けっかい）



足の太陰脾経

【主治】月経不調・月経痛・不正性器出血・膝痛など

30

## ⑤脾気虚弱タイプの膀胱炎



【主症状】尿閉（尿が出ない）や排尿現象が特にひどく時に軽い、排尿無力感、疲労による誘発、増悪

【随伴症状】食欲不振、心身疲労、軟便あるいは下痢

【治療原則】

健脾昇清、化気利尿

（脾の昇清・降濁機能を促し、膀胱の気化機能を強化し、これにより排尿を促進する）

31

## ⑤脾気虚弱タイプの漢方ー補中益気湯（ほちゅうえっきとう）



補気剤

【組成】黄耆・炙甘草・人参・当帰・陳皮・升麻・柴胡・白朮

【効能】補中益気

【主治】元気がない、疲れやすい、動くと息切れがする、四肢がだるく無力、モノを言うのが億劫、立ちくらみ、頭痛、めまい、下腹部が落ちる感じ、脱肛、子宮下垂、慢性の下痢、尿失禁、排尿困難、皮下出血

32



## ⑤脾気虚弱タイプの漢方ー五苓散 (ごれいさん)



去湿剤

【組成】猪苓・沢瀉・白朮・茯苓・桂枝

【効能】利水滲湿・通陽化気

【主治】頭痛、発熱、口の渴きが強く水分を欲する、あるいは水を飲むとすぐに吐く、尿量減少、突然の嘔吐、下痢、むくみ

水関係のトラブルに！

33

## ⑤脾気虚弱タイプのツボー陰谷 (いんこく) を補す



腎経の合穴（内臓を直接触っているようなツボ！）

【主治】ED、月経不調、小便不利、不正性器出血、膝痛、精神不安など

足つぼのついでにモミモミすると◎

34

## ⑤脾気虚弱タイプのツボー脾俞（ひゆ） を補す（カイロを貼る、手でさする）



足の太陽膀胱経

脾の背部俞穴

【主治】腹張・黄疸・嘔吐・下痢・消化不良・浮腫など

35

## ⑥腎陽不足タイプの膀胱炎



【主症状】尿閉、排尿減少、排尿無力感、腰膝冷感や無力感

【随伴症状】顔色白い、心身疲労、寒がり、四肢の冷え

【治療原則】

温補腎陽、化気利尿

（腎陽を補い、膀胱の気化機能を強化し、これにより排尿を促進する）

36

## ⑥腎陽不足タイプの漢方ー八味丸（はちみがん）＋通導散（つうどうさん）

ザ！冷えた老人の薬！



【組成】熟地黄・山薬・山茱萸・沢瀉・茯苓・牡丹皮・桂枝・附子

【効能】温陽補腎（腎をあっためて補う）

【主治】腰や膝がだるく無力、腰痛、下腹部ひきつる、下半身の冷えや浮腫、尿量減少あるいは多尿・排尿困難

37

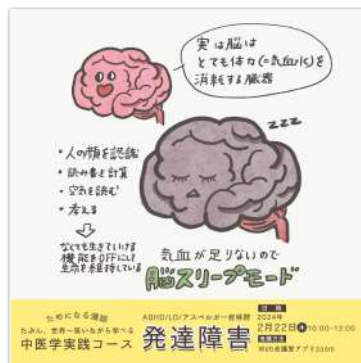
## ⑥腎陽不足タイプのツボー腎俞（じんゆ）＋陰谷を補す



足の太陽膀胱経（腎の背部俞穴）

【主治】尿漏れ、遺精（勃起や性的刺激なしに射精が起こること）、ED、月経不調、腰痛、難聴、耳鳴り、喘息

38



2/22「発達障害・自閉症・ADHD・LD・アスペルガー症候群～スリープモードになった脳の機能を取り戻せ！～」中医学実践コース#28  
機能不全の脳を起こすには！

39



全9回講座「はじめての中医学」稼働中

理論から入る中医学！主婦が家庭で使える知識をギュッとまとめました。

40