

2026.7.27

日本東方医学会 症例検討会

芍薬甘草湯エキス製剤などが 無効の足の痙攣の75歳女性

高嶺の森の診療所

関 隆志

本演題に関連し、開示すべき
COI関係にある企業等はありません。

はじめに

治療を経るごとに、初診時には気づかなかった病態の存在が明らかとなり、そのたびに治療方法（方剤、生活習慣）を変更・追加することで、完全寛解に至った症例を示す。

症例 75歳 女性

主訴 1) 両側の足背・足趾がつる（有痛性筋痙攣） 2) 左下腿外側が
ビリビリ痛む

既往歴：両下肢末梢循環障害、閉塞性血栓血管炎、左変形性肩関節症、腰部脊柱管狭窄症

有痛性筋痙攣を生じることのある糖尿病、肝硬変、電解質異常、甲状腺機能低下症、スタチン・利尿薬・ β 2刺激薬などによる薬剤性は否定的

治療歴：下肢静脈瘤術後

セレコキシブ錠100mg 2錠、レバミピド錠100mg 2錠、チザニジン錠
1mg 2錠 1日2回 朝夕食後 14日分

リマプロストアルファデクス錠5 μ g 3錠 1日3回、芍薬甘草湯エキス製
剤 1包 1日1回 寝前

アルプロスタジル注

現病歴（A病院）

X年3月くらいから両側の足趾がつるようになった、
同5月13日 静脈瘤の診断でA病院で両側の手術をした。

静脈は治ったからつるはずないといわれた。そしてB整形外科
病院に紹介された。

現病歴（B整形外科病院）

X年6月29日

A病院から紹介されたB整形外科病院を受診

主訴：両下腿痛

診断：腰部脊柱管狭窄症、閉塞性血栓性血管炎、両下肢末梢循環障害

処方：セレコキシブ錠100mg 2錠、レバミピド錠100mg 2錠、チザニジン錠1mg 2錠 1日2回 朝夕食後 14日分

同7月5日

処方：ツムラ芍薬甘草湯エキス顆粒 2.5 g 1日1回 寝る前 7日分

現病歴（B整形外科病院）

X年7月12日

S) 芍薬甘草湯エキス顆粒を内服しても足がつる、足が少し冷える

O) DP（足背動脈拍動）触れない TP（後脛骨動脈拍動）ほとんど触れない、腰椎MRI：大きな異常なし

A) 血液循環が悪い

処方：リマプロストアルファデクス錠 $5\mu\text{g}$ 3錠 1日3回 毎食後 14日分
ツムラ芍薬甘草湯エキス顆粒 2.5g 1日1回 寝る前 14日分
アルプロスタジル注

以後、定期的にアルプロスタジル注を継続

現病歴（B整形外科病院）

X年7月26日

S) 2週間前よりも左下肢前面がビリビリ感じる。着用している弾性ストッキング脱ぐと足がつる。芍薬甘草湯は効かない。日中は元気だが夜は眠れないほどつらい。注射（アルプロスタジル）をした日は調子が良い。

O) 静脈瘤あり 下肢MRI：2本の血管のうち1本が細くなっている

P) 当院（内科）に紹介される

初診 1 日目（症状、所見）

X年7月26日

主訴：4年来着用している着圧ストッキングをはいていても夜中に足（足の甲や第1, 2趾）がつる。眠れないほどつらい。さらに3日前から左下腿外側がビリビリ痛み出した。刺されるように痛い。

現症：冷え症(足)あり、手掌・足底の火照りなし、動悸なし、耳が遠い

既往歴：高血圧症（C脳神経外科から内服薬）

舌診：舌紅・少苔・舌下脈絡＋

脈診、経穴診：なし

初診 1日目（弁証、処方）

X年7月26日

弁証：

血瘀 心熱(疑) 陰虚(疑)

処方：

桂枝茯苓丸エキス製剤 毎食前 2.5g 14日分

桂枝茯苓丸加よく苡仁エキス製剤 毎食前 2.5g 14日分

芍薬甘草湯エキス製剤 毎食前 2.5g 14日分

2 診 14日目

X年8月9日

S) 処方されたエキス製剤をのんで最初の1週間は痛みで目が覚めるのが3, 4回に減って少し楽になった。しかし、その後は元に戻った。

A) エキス製剤では効果が弱い

P) エキス製剤に含まれない活血作用のある紅花をふくむ煎じ薬に変更する

治法：活血化瘀、補血

処方：煎じ薬A（当帰、桃仁、牡丹皮、川芎、牛膝、紅花、延胡索、芍薬、桂皮、茯苓、甘草）

3 診 28日目

X年9月6日

S) 煎じ薬Aを8月10日から飲み始めた。8月21-24日は痛みと痺れが全くなかった。その後、18時間煎じ薬を飲み忘れたら、ものすごく痛くなり、眠れなかった。

A) 煎じ薬Aは有効

処方：煎じ薬A

4 診 56日目

X年10月4日

S) 9月18-28日は痛み・痺れが全く、つらなくなった。そのため弾性ストッキングを夜に装着することをやめたところ、9月29日から再燃した。

整形外科でのアルプロスタジル注射は週3回、定期的にうけている。

A) 弾性ストッキングも有効

P) 弾性ストッキング装着も続けてください

処方：煎じ薬A

5 診 83日目

X年10月31日

S) 10月13 – 30 日は痛み・痺れが全くなり、つらなかった。そのため弾性ストッキングを夜に装着することをやめたら、9月29日から再燃した。

整形外科でのアルプロスタジル注射は10月になって週2回に減らせている。

A) 症状は改善傾向

P) 足が冷えるので下半身を温めてください

処方：煎じ薬A

6 診 112日目

X年11月29日

S) 11月15日のみ今までにないくらい痛くなった。それ以外は前回の診察10月31日から本日まで、痛み・痺れがなく、全くつらなかった。夜眠れるようになった。弾性ストッキングは4日前から履いていない。外出することができるようになって、すごく嬉しい。

A) 効果が弱い日がある

処方：煎じ薬A

7 診 147日目

X+1 年1月4日

S) 寒い季節になって、症状が再燃してきた。12月24 - 26日にかつてないほどつり、刺されるような痛みが強かった。足趾さきと下腿の痺れが強くなった。

A) 冷えの改善が必要

P) 冷え対策を指導（アイスクリームや果物を食べ過ぎないこと。温泉、湯たんぽの利用）

処方：煎じ薬A

8 診 175日目

X+1 年2月1日

S) 足を温めるようにしたら楽になった。

処方：煎じ薬A

9 診 203日目

X+1 年3月1日

S) 夜寝る前の22時頃に煎じ薬をのむようにしたら眠れるようになった。

三陰交穴につける湯たんぽを利用始めてから一度も痛くならなかった。

電気で温める膝掛けも利用している。

処方：煎じ薬A

10診 231日目

X+1年3月29日

S) 3, 4日前に今までにないくらい強い刺痛があり、足もつった。2月にはそのようなことはなかった。

昨日午後に草取りをしたところ痛みが治った。

A) 血瘀による痛みと思われる

処方：煎じ薬A

11診 236日目

X+1年4月3日

S) テレビを観ていると足趾と下腿がつる。じっとしてテレビを観ているとつる。

P) つりそうな時に、煎じ薬を水代わりにしてエキス製剤の芍薬甘草湯を飲んでください。

12診 245日目

X+1年4月12日

S) 芍薬甘草湯エキス製剤をのんだら夜につったり刺されるような痛みが起こらなかった。示趾がつりそうになるが、そのために目覚めることはない。

13診 259日目

X+1 年4月26日

S) いままで真夏でも昼も夜も履いていた弾性ストッキングをはかないで済むようになったので、嬉しい。

14診 316日目

X+1 年6月22日

S)アルプロスタジル注射は2週間に1回にへったが、問題なくなった。エキス製剤の芍薬甘草湯をのまないと調子が悪い。

16診 359日目

X+1年8月3日

S) 7月22, 24, 25日に痛みがひどかった。7月26, 27日に温泉に行ったら痛みが軽減した。自動車のエアコンの風が足もとに当たるのはよくない。

A) 血瘀、陽虚

処方：煎じ薬B（煎じ薬A＋白朮4、大棗4、附子0.5g）

17診 373日目

X+1 年8月17日

S) 煎じ薬Bをのんでから足趾1, 2がずっとつるようになった。昼間から
つるようになった。今日は自動車を運転して来院する途中左下腿までつっ
ている。

O) 毎日雨天

A) 血瘀、陽虚

処方：煎じ薬Aにもどす。

18診 386日目

X+1年8月30日

- S) 8月17, 18日は終日足がつっていた。台風により毎日雨天でこのときが一番つって痛かった。8月19日夕方に煎じ薬Aが薬局から届いたので（煎じ薬Aを再処方してから薬局から届くまで日数がかかった）、すぐに煎じて飲んだら、翌日はすこしつったが、翌々日には全く痛くなくなった。

19診 406日目

X+1年9月20日

- S) 台風などで終日雨の日は痛い

20診 434日目

X+1年10月18日

S) 寝る前に芍薬甘草湯エキス製剤を1包飲むだけだと朝5時頃に目が覚めてしまう。最近は2包飲むようにして、朝6時半くらいまで眠れるようになった。1年ぶりくらいに眠れるようになった。ありがとうございます。備長炭が入った靴下をはくとホカホカして気持ちが良い。

21診 462日目

X+1年11月15日

S) 芍薬甘草湯エキス製剤は1日4包（朝1 昼1 寝前2包）から2包（昼1 寝前1）ですむ。痛みで目覚めなくなった。刺痛・つることがなくなったのでアルプロスタジル注射をやめたい。

22診 490日目

X+1年12月13日

S) 1週間前からピリピリ刺すように痛くなったので湯たんぽを使い始めて夜の痛みは治った。日中はほとんど痛くない。昼に芍薬甘草湯エキス製剤を飲まない夕方になると痛くなる。朝散歩すると落ち着く。じっと動かないでいると良くないような気がする。暖房はエアコン、ファンヒーター。まるでこたつソックスを履いている。

血清Kの低下（甘草の副作用）なし。

	2023/10/18	2023/6/29
Na	141	142
K	3.9	4.0
Cl	104	102

23診 518日目

X+2年1月10日

S) 昨年12月は全く痛くなかったが、元旦の夜中から痛くなりだした。

痛い時にラジオ体操第1, 第2をすると刺痛が治る。これまでも散歩をすると痛みが治ることがあった。

1年前よりも痛み・しびれがらくになった。寒くなってくるので、三陰交をホカロンで温めている。

24診 547日目

X+2年2月8日

S) 毎日散歩していて、そうすると身体が冷えてしまう。ホカロンを内顆と外踝に貼っている。

夜9時にフラダンスをしていて、その後は痛みがらくになる。

25診 573日目

X+2年3月6日

S) 2月18日から17日間痛みがなくなった。夢のようです。そのため、漢方薬を飲むのをやめてみたら、また痛くなった。

26診 600日目

X+2年4月3日

S) 芍薬甘草湯エキス製剤を寝る前に飲まないで、ホカロンも使わなくても朝まで痛みで起こされることなく眠ることができた。朝まで眠れるようになったのは1年半ぶり。

27診 626日目

X+2年5月1日

S) 朝まで寝られるようになったのが一番良い。痛くならないので芍薬甘草湯エキス製剤は飲んでいない。

28診 654日目

X+2年5月28日

S) 雨が降る前にちょっと痛くなることが2回あった。

処方：煎じ薬C＝煎じ薬Aの茯苓を増量、蒼朮の追加

29診 683日目

X+2年6月25日

S) 煎じ薬Cにしてからすごく調子が良い。

A) 痛みには湿痺の要素がある

31診 710日目

X+2年7月23日

S) 痛みが強いため、芍薬甘草湯エキス製剤を1回に2包ずつのんでいた。
4日前から1包ですむようになった。梅雨が明けてから症状が改善した。

32診 741日目

X+2年8月21日

S) 台風の前後に症状がつらかった。

35診 814日目

X+2年11月5日

S) 1週間雨が降り続いて痛みがひどかった。

36診 866日目

X+2年12月27日

S) 「先生、とってもうれしいです」12月2日まで芍薬甘草湯エキス製剤をのんでいたが、12月3日から飲むのをやめたが、1回も痛くならなかった。そのため目覚まし時計が鳴るまでぐっすりと眠ることができて、夢のようです。湯たんぽを使っている。氷点下の時に散歩をしても痛くない。

38診 916日目

X+3年2月19日

S) 1月21日から寝る前の芍薬甘草湯エキス製剤を3包から2包に減らしたら左右の下腿の外側が火傷の痕のようにピリピリする痛みが出現した。そのため3包にもどした。朝の気温がマイナス9℃。室内が2-3℃。

A) 冷えによって足がつったと思われる。

P) 部屋を暖めてください。

39診 943日目

X+3年3月18日

S) 「部屋の温度を上げたら、ほんと、痛くないですね。」

41診 1003日目

X+3年5月20日

S) ふくらはぎは何年間も刺痛だったが、いまは痛みではなくつるだけになった。

42診 1031日目

X+3年6月17日

S) 左右のふくらはぎがひどくつる。

A) 冷えと共に**血虚**も痛みの要因になっていることを示唆する。

処方：煎じ薬D=煎じ薬C+地黄、炮附子

46診 1128日目

X+3年10月7日

S) いままで3年ごとに下腿静脈流の手術をしていたが、大腿上部の痛みがストッキングを履くことで消失したので、10月に予定していた手術を11月に延期することになった。

A) 炮附子を1 gから2 gに増量する。

処方：煎じ薬E=煎じ薬Dの炮附子を増量

48診 1181日目

X+3年12月1日

S) 「おかげさまで、朝の気温がマイナス1℃でも身体がぽかぽかしているのでホカロンを使っていません。」

処方：煎じ薬E

49診 1217日目

X+4年1月6日

S) 「ありがたいことに、あまりにも痛くなく薬を飲むのを忘れたくらい。芍薬甘草湯エキス製剤はのんでいない。」朝は気温がマイナス9℃くらいでも散歩をしている。

50診 1244日目

X+4年2月2日

S) 「本当にありがとうございます。夢のようです。去年はホカロンと湯たんぽを使っても2時や5時に目が覚めていた。今年はホカロンを使わないのに一度も痛みがありません。」

51診 1272日目

X+4年3月2日

S) 「おかげさまでまるっきり痛くなくなり、ホカロンをはらなかつた。」

難治性の下肢筋痙攣治療に関する文献的考察

1. Quinine for muscle cramps(Cochrane Review) PMID: 25842375 23件のRCT(計1586例)を対象にキニーネの有効性・安全性を検証し、200~500mg/日の用量で痙攣頻度・強度・日数を有意に減らす中等度のエビデンスがあるとした一方、副作用リスクからさらなる代替治療の研究が必要と結論している。難治例でのキニーネ使用を検討する際の基本文献。
2. Non-drug therapies for the secondary prevention of lower limb muscle cramps(Cochrane Review) PMID: 33998664 ストレッチなど非薬物療法のエビデンスを網羅的にまとめたレビュー。薬物療法が使いにくい/効果不十分な患者への追加アプローチとして重要。
3. Magnesium for skeletal muscle cramps(Cochrane Review) PMID: 32956536 Mgサプリメントの有効性を検証したレビュー。特に妊婦・高齢者の夜間下肢痙攣で参照される。

臨床的意義・教訓

患者は、下肢の痛み・痺れ・筋肉の痙攣を訴え整形外科病院を受診し、注射と芍薬甘草湯エキス製剤で改善しないため、当科を紹介された。

初診時の舌診からは心熱、陰虚が疑われた。

一方、主訴の下肢痛は刺痛であり、血瘀を示唆していた。そのため活血化瘀の効能をもつ複数の漢方エキス製剤による治療を開始した。

しかし効果が認められないため、活血化瘀の効能の強い紅花を含む煎じ薬Aに変更して、症状の改善が認められてきた。台風の時期、冬の時期を経過するに従い、雨降りの日や寒い日に症状の悪化が認められた。これにより痛みには湿痺や寒痺が含まれることが示唆された。更には血虚も示唆され、最終的に煎じ薬に地黄と附子を加えることで劇的に症状が解消された。

結語

治療をすすめるうちに、初診時に認められなかった病態が現れてくる場合がある。その時に、その病態に応じた治療を行うことが必要と思われる。