

## 1. 見学者属性：薬剤師

実習日：2025年10月～12月

見学施設名・担当医：吉祥寺中医クリニック・長瀬眞彦先生

## 2. 学んだこと、気付いたこと

### 【問診のポイント】

- ① 問診を深堀させることの意義。例えば便通であれば、月経時に変化するかどうか、変化するならどう変化するかなどで血虚や瘀血の判断材料になる。西洋であれば便通を聞くときはせいぜい回数や形状くらいであるが、それをさらに深く聞くことによってわかることがあるということが東洋医学の特徴だと感じた。
- ② 経絡の必要性。経絡については鍼灸師ではないのでそこまで重要視していなかったが、ある程度把握しておくことが診断に役立つと感じた。頭痛(側頭部)や腰痛、女性生殖器周辺などの問題があれば肝へのアプローチが必要など。どの経絡がどこを通っているかを把握しておくことは大切であり、覚え直す必要がある。
- ③ 寒熱どちらで悪化するか本人に自覚がないまたはどちらも変わらないという場合、どう判断したらよいかわからなかったが、その場合は全体的に診て五臓や気血水どこに問題があるかを1つずつ探っていきそこにアプローチすれば良いとわかった。
- ④ 舌診、脈診は実際にやってみる機会が全くなかったため非常に勉強になった。舌診はまだ画像があるからイメージしやすいが、脈はどうしても触ってみたいとわからない。当然経験数は全然足りないが、脈に関してはこれが虚なのだな、これが弦なのだなとなんとなくわかったことはとても良い経験だった。本当に個人によって脈の形が全然違うということを実感できたし、色々な脈像があることが興味深かった。
- ⑤ 実際に問診させて頂き、聞くことのポイントや流れについて実際経験できたことも非常に大きい。その後の先生の診察で、聞き漏れていた部分や深堀するポイントもわかった。

### 【プラセンタ療法について】

プラセンタは元々なんとなく美容のイメージがあり、中医学を学んでからは紫河車という補陽の生薬だと知った。しかし、だから何なのかはよくわからなかった。先生のプラセン

タの講義動画を拝見し、プラセンタが何者なのか、どのような効果があるのかを知れてとても面白かった。プラセンタが美容に良いのは女性ホルモンの影響？など漠然としたイメージがあったが、実は女性ホルモンが入っていないことを知り、イメージしていたことが全く違っていったことに驚いた。(いくつかのアンブルには入っているそうだがごく微量すぎて意味のない量であることも知れた。)実際に打ってみて効果を実感できたのも非常に興味深かった。しかし世の中には間違った情報の方が多いような気がする。特に美容に関しては。

これは別に間違った情報というわけではないが、先日コスメの広告を見た時に3種のプラセンタ配合と書いてあった。3種?! ヒト、ウマ、ブタ?! でもヒトは注射剤だけだし…と思っていたら、小さい字で注釈があり3種の植物の胎座のことだと記載されていた。プラセンタと書かれたら普通胎盤のことだと思うのは私だけだろうか。(別に胎座が悪いと言っているわけではないが。)これもたまたま私が先生の動画を拝見できたから気付けただけで、正しい知識を持たないと色々騙されそうだなと感じた。

### 【薬剤師として】

偽アルドステロン症について。漢方が処方されたときに必ず薬剤師が注意する事項だが、逆にこれしか知らない薬剤師が多い印象である。実際自身も中医学を学ぶ前まではそうであったし、周囲の薬剤師もそうである。処方された漢方についてもまず証よりも、添付文書で適応症を確認してから患者に何で飲んでいるかを問う。副作用に関しては大黃長期服用による大腸メラノーシスや胃腸障害を起こしている患者に麻黄や地黄、大黃などが含まれた漢方が出ていないかなど注意する点は他にもある。西洋の薬に関しては積極的に学ぼうとするが、漢方に関してはよくわからないでそのままにしておく薬剤師がとても多い。理由として3つ考えられる。

1つ目はまずそもそも大学での漢方の講義があまりなく、さらにその講義も臨床的なものではなく有機よりのもので、試験のためだけの講義であったこと。その講義は私自身も正直つまらなく、学生時代から全く興味をそそられなかった。その他に行ったことといえば葛根湯を構成している生薬それぞれの見た目、匂い、味を体感することくらいであった。他大学の薬剤師にも聞いてみたが、同様のことを行っていた。カリキュラム通りなのだろう。なぜ大学でしっかりと漢方を学ぶ機会がないのかとても不思議である。せめて特別講義のようなもので中医学や、臨床的な漢方の講義を何回かはもつべきだと思う。学生に興味をもつ機会を与えることはとても大切だ。

2つ目は勉強の効率の問題である。漢方専門医の近くの薬局でない限り、漢方の処方数はかなり少ない。数少ないわけのわからない(と思っている)漢方に時間をかけるより、より多く処方される西洋薬を学ぶ方が効率が良いに決まっている。実際西洋の薬や医学、新薬に関しては皆それぞれ勉強会など積極的である。

3つ目として漢方に興味を持つ場(機会)が少ないことが挙げられる。(大学では上述し

た通りであるし。)職場には各メーカーから勉強会のチラシなどが結構くるが、漢方に関してはとても少ない印象がある。漢方がよく使われていない薬局にもそういった情報が増えると良いと思う。専門分野で分かれているわけではない薬剤師は漢方に関してもアップグレードが必要である。

### 3. 自身の医療現場への活用

西洋中心の薬剤師にも漢方に興味を持ってもらえるよう、今回学んだことをまずは職場の薬剤師に伝えていこうと思う。いかに中医学が医療として役に立つか、普段の生活に密着しているものか。そして漢方はよくわからないものではなく、きちんと理論だっていること、その考え方を説明すれば、漠然としていた漢方の形が見えるのではないか。よくわからないから拒絶感が生まれ、本当に効くのか疑問がわく。それが解消されれば漢方に興味をもつ薬剤師も増えると思う。

そして実現できるかはわからないが、ぜひ薬学部の学生達に中医学、漢方の面白さを伝えたい。「薬学生に」ということが結構重要なポイントだと思う。その講義がうまいけば、東洋医学に興味を持つ薬剤師がきっと増えるはず。少なくとも、卒業して薬剤師スタートの時点で漢方にマイナスイメージ、拒否感をもつ薬剤師が減るのではないか。

また、西洋しか知らない患者さんにぜひ漢方の良さを知ってもらいたい。西洋で解決できない不調を漢方で解決できるかもしれない。より良い生活を送れるようになるかもしれない。その選択肢を持ってもらいたい。解決できるかもしれない症状を患者さんに諦めてほしくないのである。西洋中心の今の職場でできることはそういった患者さんに選択肢を提示することである。簡単な漢方相談に乗ったり、漢方の正しい情報を発信していきたい。現在書いている養生日和(東洋医学中心の薬局便り)も続けていきたい。お陰様で養生日和を手にとってくれる患者さんや楽しみにしてくれている患者さんもいる。薬剤師の私個人としてできることなど本当にごく微量で微力ではあるが、少しずつでも漢方で救われる患者さんが増えてくれたらとても嬉しい。

また私自身としては将来的には東洋堂のような漢方相談を行っていきたい。そのためには沢山の経験を積まなければならないし、正しい知識を付けなければならない。中医学に精通した先生方からのご指導が必須である。勉強会だけでなく、今回は実際現場に入らせてもらい、直接先生のご指導を頂けたことは私の薬剤師人生の中で本当に財産となつたし、そんな先生に出会えたことはとても幸運であった。次は学んだことを活かしながら、煎じの技術や知識を学んでいきたい。東洋堂のような漢方相談にはまだ遠いが、少しずつ色々な経験を積んでいこうと思う。

## 4. 疑問、質問点

問診の情報量が多い患者さんになると個々の情報にとらわれ混乱していき、総合的に判断するポイントを見失いがちになるため、そこをもう少し経験できればよかった。

## 5. 全体の感想

実習を経験し、先生の誠実さをとても感じた。なんでも漢方で治そうとせず、まずはしっかりと西洋医学の観点からも診察し、必要があればそちらを受診するよう説得する。患者さんが話している途中に言葉に詰まっても、次の言葉が出るまで待っていてくれ、ゆっくりでいいですよと声をかける。気持ちの問題が大きい患者さんには、帰りがけに脈はとても良い状態だから大丈夫ですよと患者さんが安心できるような言葉をかけてあげる。薬情に記載される文章に合わない患者さんには事前に説明する。そういった患者さんに寄り添ってくれる姿勢にとっても感動し、誠実に向き合うことで信頼関係が築けるのだなと思った。そしてそういった声掛けも含めて漢方診療なのではないかと感じた。

先生の診察を受け、今までの人生の中で一番体調が良いですと言った患者さんや状態が良くなっている患者さん達を実際に見て、改めて漢方の素晴らしさと可能性を感じた。と同時にその漢方の素晴らしさを引き出すためには、やはりきちんとした知識とそれを使える技術が必須であると重く受け止めた。

ご指導いただいた長瀬先生、吉祥寺中医クリニックのスタッフの方々、企画して下さった日本東方医学会事務局の皆様には本当にお世話になりました。  
お忙しい中大変ありがとうございました。