



小島薬局 ― 小島 晃 先生

薬系漢方が極めるのは 「依法用方」

【聞き手／猪越 英明】

沼津市を中心に静岡県東部に薬局9店舗を展開する小島薬局。昭和初期の創業以来、地域に密着した医療の担い手としての伝統を受け継いできた。現在はわが国ではめずらしい「漢方相談」「かかりつけ薬局」「在宅医療」の3つを行う薬局としてさらなる発展を遂げている。代表の小島晃先生は本格的に中医学を学んだうえで、薬局に合った「依法用方」のやり方で日々の臨床を行う。東西薬局代表・猪越英明先生が話をうかがう。(編集部)

祖父の代から続く薬局を継ぐ

猪越：本日はお忙しいなかありがとうございます。

まず、薬局の成り立ちから教えていただけますか？

小島：もともと祖父の本家が昭和の初期ぐらいから沼津市内で薬局をやっていました。昭和20年に祖父が分家というかたちで沼津駅南側の千本という所で薬局をスタートさせたのが会社としての創業になります。その後、父も独立して沼津駅北側の西沢田という所で薬局をオープンしました。このように代々薬局を営んでいたため、私も自然と薬学の道に進みました。

ただ、祖父も父も漢方専門というわけではありませんでした。父は沼津の薬剤師会で理事、副会長、会長を歴任していましたが、先見の明もあったようで、当時としては比較的早く調剤を始めました。

これが、私が高校生の頃で、そんな流れのな

かで何となく跡を継いでほしいということにはわかっていたので、たまたま大学の推薦があって受かったので薬学部に入りました。ですから、薬剤師にならなくてはいけないという気持ちはあったのですが、薬剤師になってどういうことをやりたいか、というのは学生時代にはありませんでした。大学を卒業して国家試験に受かった後、薬局を継ぐための社会勉強として製薬会社に入社しました。3カ月研修した後、大学病院を2年半ほど担当したのですが、実家が処方箋の受付で忙しくなってしまう、「帰って来てくれ」と言われ、急遽退職することになりました。MRをしていた頃は、大学病院のいろいろなものも見ることができましたし、優れた上司から社会人の基礎も教わり、その時の教えは今でもかなり役に立っていて、非常に充実した2年半でした。

Profile 小島 晃 (こじま・あきら)

1967年生まれ。東京薬科大学卒業。(株)小島薬局代表取締役、薬剤師・国際中醫師。横浜薬科大学客員教授、湖北中医薬大学元客員教授、日本中医学会評議員、イスクラ中医薬研修塾講師。1994年イスクラ薬局薬店経営塾卒業(7期生)。1998年北京中医薬大学日本分校卒業・国際中醫師取得。2002～2006年、2011～2012年日本中医薬研究会学術委員長。2020年第9回健康寿命アワード厚生労働省老健局長優良賞を薬局として初の受賞。著書に『女性の悩みは漢方で治す女性の悩みは漢方で治す一赤ちゃんができる「周期療法」!』(知道出版・2007年)、『体にやさしい妊活漢方 周期療法で妊娠力アップ』(現代書林・2015年)など。

中医学との出会い

猪越：地元に戻ってきてからはどうされていたのですか？

小島：戻ってきてから半年間、実家の薬局の調剤を手伝いながら沼津市立病院の薬剤部に研修に行ったりしていたのですが、父は「調剤は、国が報酬を決めるため将来には利益が少なくなる」ことを見通して、自力で集客できる漢方を学ぶことを勧めてくれました。それで1993年にイスクラ薬局薬店経営塾(現・イスクラ中医薬研修塾)に入塾しました。この塾での1年間で人生が180度変わりました。なかでもそこで猪越恭也先生に出会っているいろいろなことを教わったことがその後の人生にとっていばんだ大きなことでした。

研修塾ではまず中医学がもつ論理性、中医学が学問として成り立っていること、つまり中医学は経験や勘によるものではなくて、しっかり学ばばきちんと結果が出るという点に惹かれました。そしてもう1つ、東西薬局での研修の際に恭也先生のところに毎日50～60人の相談客が来るのを見て、漢方でもきちんと腕を磨いて力をつければ、お客さんが来てくれるということを目の当たりしたことも大きかったです。この2つが中医学にハマるといえるのか、この道で生きたいと思うようになった大きな理由です。ただ、実家からは塾を卒業したらすぐに帰ってこいと言われていたので、とにかく塾にいた1年間はひたすら、たぶん学生時代の何倍も勉強しました。この1年間でマスターできることはマ

スターしたかったですし、実際おもしろかったので、勉強は何の苦にもなりませんでした。

そうして1年間やったのですが、どんなに頑張っても当然1年ではたかが知れているわけで、それで地元に戻ってきてから、まず師匠を探すことを考えました。もちろん恭也先生が恩師ではあるのですが、直接薫陶を受けて何年も修業できたわけではないので、やはりずっと就いて直接学べるすごい師匠がほしいと思いました。それから、地域の他の薬局とどう差別化していったらいいかと考えたときに、たまたま雑誌到北京中医薬大学日本分校(現・日本中医学院)の宣伝が載っていて、そこに書かれていた国際中醫師というものに興味を惹かれ、差別化のために国際中醫師を取ることを決めました。さらに、この2つのことをやりながら、1年間、語学学校の中国の先生とマンツーマンで週3回ぐらい中国語の勉強もやりました。

師匠については、イスクラの紹介で寇華勝先生に毎月来てもらうことができました。最初から漢方相談の際に横に就かせてもらって、基本的なことから中国式の煎じのやり方なども教えてもらいました。それは今でも私の臨床の重要なベースになっています。寇先生から教わった煎じのやり方は、証に合わせて12種類～16種類の生薬を自在に組み合わせる方法です。決まった方剤というよりも弁証によって生薬を自在に組み立てるといえるもので、研修塾時代に見た恭也先生や胡榮先生のやり方とはちょっと違ったスタイルでした。弁証論治によって導き出された中国式の美しい処方を見て、本当に感

症例①◆— 卵巣嚢腫

31歳，女性，身長164cm，体重60kg，独身，国際線CA。

主訴：卵巣嚢腫（チョコレート嚢腫）悪化1年

現病歴：一昨年2月，検診で見つかった両方の卵巣嚢腫を摘出した。経過観察していたが，先日左の卵巣が3cm大になっており，再発と言われた。

現症：冷え症，仕事で外国を転々とし，外食が多くストレスも溜まりやすい。大小便は正常。月経周期は28日，月経期間は4日，生理痛が強い，塊がある。生理前にイライラ，胸の張り，食欲増進がある。舌質淡紅・舌苔薄白・舌下静脈怒張あり。

既往歴：3年前にレーシック手術，2年前に卵巣摘出手術。

弁証：瘀癥 肝気鬱結，気滯血瘀

治則：疏肝理気，化瘀消癥

処方：星火逍遙丸（1回6丸，1日3回，毎食前），水快宝（1回5錠，1日3回，毎食前）

星火逍遙丸：白朮・甘草・当帰・薄荷・芍薬・生姜・柴胡・茯苓

水快宝：水蛭・三棱・莪朮・山楂子

経過：2カ月の服用で卵巣嚢腫が消失した。その後も再発防止のために1日1回～2回で継続している。

考察：弁証と治則，処方が一致して効果が得られた典型的な症例である。卵巣嚢腫のような腫瘍（瘀癥）は通常の活血薬では十分な効果を得られないことが多く，体質に問題がなければ破血作用のある水蛭・莪朮・三棱・蘇木などの生薬を含む処方を選択することが望ましい。

銘を受けました。寇先生は日本に在住している中医師のなかでも最高レベルの名医で，寇先生に直接教えを受けていることはとても幸運なことだと思っています。そして，寇先生の臨床を日本人でいちばん受け継いでいるのは間違いなく私だと思っています。

さて，1995年に寇先生に来てもらうようになって，北京中医薬大学日本分校にも通うようになりました。日本分校では研修塾で学んだことの確認作業のようなことが多かったのですが，それが基礎を固めるという点で良かったと思います。また，当時の北京中医薬大学本校の教授クラスの先生が3カ月とか半年単位で日本に来て教えてくれていて，そういう先生方に直接質問して教えてもらえることができ，非常に勉強になりました。そこで基礎を固め，1998年に卒業して，国際中医師試験を受けて合格しました。

「依法用方」と「依法立方」

猪越：中医学を学ぶなかで本もたくさん読まれ

ていると思いますが，特に影響を受けた本というのはありますか？

小島：中医学を始めた頃にいちばん影響を受けたのは，村田恭介先生（山口・村田漢方堂）の論文です。村田先生の中医漢方薬学という理論の論文や，雑誌『和漢薬』（ウチダ和漢薬）に掲載されていた「中医病機治法学」（原書は陳潮祖著・四川科学技術出版社・1988年刊）の翻訳文やコメントがすばらしかったです。

後に神戸中医学研究会が『中医臨床のための病機と治法』（医歯薬出版）として出版していますが，そのなかに「依法用方」（治法にもとづいて処方を用いる）と「依法立方」（治法にもとづいて処方を組み立てる）という言葉があります。私は，依法用方については恭也先生と村田先生，依法立方については寇華勝先生の影響を強く受けていて，どちらの世界も身につけたいと思いました。ただ，薬機方の問題があるので，その当時から薬局薬剤師としてはこの治法にもとづいて処方を用いる「依法用方」が合っていると，感じてはいました。でも，最初，国際中

症例②◆—不妊症

45歳，女性，身長155cm，体重45kg，結婚10年，パート。

主訴：不妊症2年

現病歴：病院で不妊治療を始めて2年。ショート法を中心に十数回の採卵と10回以上胚移植をしたが、一度も着床しない。採血でFSHは10～20と常に高値。他の婦人科検査は正常。

現症：繰り返す採卵したため基礎体温は付けていない。手足が冷える。やや便秘気味。生理痛は軽い、塊はある。性交痛がある。舌質暗紅・舌苔薄白・舌下静脈怒張あり。月経周期30日～35日，月経期間5日，初潮11歳，おりものは少ない。

既往歴：特になし。

弁証：腎精不足（陰陽両虚），血虚血瘀

治則：補腎益精，養血化瘀

処方：全周期：婦宝当帰膠（1回4cc，1日2回，朝夕食前）

月経期：+血府逐瘀丸（1回8丸，1日2回，朝夕食前）

低温期：+亀鹿仙（1回1包，1日2回，

朝夕食前），紫煌珠（1回2個，1日2回，朝夕食前）

高温期：+参馬補腎丸（1回8丸，1日2回，朝夕食前），補中益氣湯（1回1包，1日2回，朝夕食前）

婦宝当帰膠：当帰・黄耆・地黄・芍薬・茯苓・甘草・川芎・党参・阿膠

亀鹿仙：亀板・鼈甲・鹿角・西洋人参・枸杞子・山茱萸・山楂子・大棗

紫煌珠：プラセンタエキスに葉酸・ビタミン等を含有したサプリメント

参馬補腎丸：人参・杜仲・竜骨・五味子・山茱萸・補骨脂・鹿茸・地黄・淫羊藿・茯苓・縮砂・海馬・鹿腎

経過：服用2カ月で採卵したが、異常受精で胚移植できなかった。さらに2カ月漢方薬を服用して再び採卵し、3個採卵して1個受精した。次週期に胚移植したところ妊娠した。

考察：高齢のため低温期に亀鹿仙と紫煌珠で強力に補腎した。妊娠後も婦宝当帰膠，参馬補腎丸，補中益氣湯を服用して，無事に出産した。

医師試験を受けるぐらいまでは基礎を身につけたかったので、あえて「依法立方」に思考を置くようにして、単味ごとに「いる」か「いない」かを厳密に分けて、処方を組み立てることをしていました。今は方剤をひとかたまりと捉えながら病機にもとづいて比率を変えたり配合を考えたりというやり方によって変わってきています。

国際中醫師合格がひとつのきっかけに

猪越：沼津に戻ってこられた後、初めは調剤をやっていて、勉強して薬局内で漢方相談を始められたのですよね。

小島：そうです。最初は人がいなかったのが週に何回か調剤に入っていたのですが、そのうち

社員を雇えるようになってきたので調剤は人に任せて、とりあえず漢方を始めようと。当時はそんなに大きくない店舗でしたが、処方箋受付のコーナーとは別に漢方相談コーナーを作ってスタートしました。とはいっても、その頃は相談客もほとんどいなくて、1日待っていても誰も来ない日もあるという状態だったので、とりあえずチラシをまいたりしながら集客して行って、ちょっとずつ増やしていきました。

猪越：臨床では当初から手応えを得られましたか？

小島：いいえ、その頃はとにかく来た人を何でも診るという状態で、経験も浅かったので、うまくいった人もいれば、うまくいわずに迷惑をかけた人もいたかもしれません。

症例③◆—アトピー性皮膚炎

25歳，女性，身長156cm，体重53kg，主婦。

主訴：アトピー性皮膚炎 悪化4カ月

現病歴：小学生の頃から春と秋に肘と膝に湿疹が出て，皮膚科でアトピー性皮膚炎と診断されてステロイドを塗っていた。4カ月前に第1子を出産して悪化した。産後のため皮膚科に行かずにがまんしていたが，症状が悪化したため副作用の少ない漢方治療を希望して来店した。

現症：全身に紅斑，紅色丘疹，痂皮があり，乳首の周りが爛れて母乳をあげることができない。夜間の痒みがひどく眠りが浅い。花粉症があり，最近は通年性で目の痒みもある。食欲・二便はともに正常。舌質偏紅・舌苔薄黄。

既往歴：特になし。

弁証：湿熱内蘊，気鬱兩燔，解毒証体質

治則：清熱解毒，涼血利湿

処方：瀉火利湿顆粒（1回1包，1日2回，朝夕

食前），清宮顆粒（1回1包，1日2回，朝夕食前），
荊芥連翹湯（1回1.5g，1日2回，朝夕食前）

瀉火利湿顆粒：当帰・地黄・木通・黄芩・沢瀉・
車前子・竜胆・山梔子・甘草

清宮顆粒：地黄・芍薬・黄芩・大黄・牡丹皮・山
梔子

経過：2カ月の服用でだいぶ改善して，ステロイドを中止。半年の服用でだいぶ良くなったため，再発防止のために瀉火利湿顆粒に代えて衛益顆粒（黄耆・白朮・防風）を服用している。

考察：一貫堂医学の解毒証体質と考えられ，全身の赤みの深さより気鬱兩燔，乳首の爛れや全身の痂皮より湿熱と弁証した。解毒証体質を改善する荊芥連翹湯，湿熱を除く瀉火利湿顆粒，血熱と熱毒を改善する清宮顆粒を併用した。弁証と治則，処方一致してよい効果が得られた。

当時は調剤のほうで利益はあったので，それを自分への投資にしようと考えました。そのおかげで北京中医薬大学日本分校も隔週末に新幹線で通って泊まって帰ってくるようなことを3年間続けられましたし，寇先生に毎月来ていただいたり，日本語に翻訳されている専門書はほぼ全部買ったりして，とにかく勉強できました。

ですから，国際中医師に受かるまでは，臨床をやりながらも，勉強のほうに重点があって，今振り返ると，ベストな方法よりも中医学の教科書のスタンダードに当てはめようとする傾向があったかもしれません。でも，国際中医師に受かったということが自分のなかで一つのきっかけになり，自信にもなりました。中医の専門家としてこの地域のなかで差別化をはかれたということもあって，そこからはじめて，型からはずれた自分の臨床をつくっていかうという感じになっていきました。

猪越：国際中医師に受かってからはどのように

変化しましたか？

小島：国際中医師に受かって，最初に臨床的なところで成功を大きく実感したのが皮膚病です。まず，1998年頃にイスクラが開催した楊達先生（中医師）の8回シリーズぐらいの皮膚病講座があったのですが，その講義がこれまで聞いた講義のなかで1番，2番にインパクトがあるものでした。当時，皮膚科の専門の書物はそんなになくて，日本漢方などいろいろな医案を見ても，例えば補中益気湯や小建中湯を使って治した症例だったりするのですが，それはあくまでも全身状態から漢方の証を見立てて治療しているわけで，皮膚の証を見立てているわけではありません。でも，皮膚科の専門医である楊先生は，皮膚の弁証と臓腑の弁証を結合して，「皮膚がこういう状態だったらこういう証で，こういう漢方を使っていったらいい」と，皮膚の見方というものをきちんと教えてくれて，すごい講義だと思いました。

症例④◆—自律神経失調症

55歳，男性，身長168cm，60kg，会社役員。

主訴：動悸 3年以上

現病歴：3年以上前にストレスが重なり動悸を感じるようになった。病院で軽い不整脈と診断されて投薬されていたが，一進一退でよくならない。

現症：仕事のストレスや疲労時に悪化しやすい。イライラや不安感を感じやすい。いつも疲労感があって気力が出ない。時に立ち眩みがある。食欲はあるが少し食べ過ぎると胃もたれする。お腹は張りやすくガスが多い。ガスが出るとすっきりするが残便感がある。眠りが浅く夢を見やすい。舌質淡紅・歯根あり・舌苔薄白。

既往歴：特になし。

弁証：心脾両虚，肝気鬱結

治則：健脾養心，疏肝理氣

処方：心脾顆粒（1回1包，1日2回，朝夕食前），
加味逍遙散（1回2g，1日2回，朝夕食前）

心脾顆粒：黄耆・酸棗仁・白朮・茯苓・竜眼肉・
遠志・当帰・甘草・木香・党参

経過：3カ月の服用でほとんどの症状が改善した。その後も継続して服用を続けている。

考察：心悸はストレスによる自律神経の失調から起きていると考えられる。心脾両虚に肝気鬱結を兼ねていると考え心脾顆粒と加味逍遙散を併用した。弁証と治則，処方が一致してよい効果が得られた。

そしてその講義で学んだ後に，20代男性の紅皮紅斑型の尋常性乾癬で，真っ赤になったのが全身に出ているような方に，皮炎湯（生地黄・牡丹皮・赤芍・石膏・知母・金銀花・連翹・竹葉・甘草）に三稜・莪朮・土茯苓などを加えた煎じを零売という方法を活用して出したら劇的に効きました。これで「煎じは効く！」と強い衝撃を受けて，より臨床に入っていききっかけになりました。「これをやっていけば，すごく奇跡的なことが……病院で治らないような人が治せるんだ」と。そういう体験をしたというのがその後の薬局人生にとってすごく大きかったと思います。

その後，村田恭介先生の論文や一貫堂医学を研究して，三焦を通利して毒を排泄する方法を活用するようになり，楊達先生から教わった皮膚弁証，さらに臟腑弁証を結合させることで皮膚病の治療効果がどんどん上がっていきました。

自分なりの周期療法のやり方を確立

猪越：皮膚疾患の次に自分の臨床をつくって

くために取り組んだのは何ですか？

小島：次に取り組んだのは不妊症の周期療法です。譚定長先生（薬寿堂）が周期療法で年間300人も400人も妊娠を成功させたという話を聞いて，譚先生とはイスクラの勉強会で面識もあったので，譚先生に薬局を見学させてほしいと頼みに行きました。当時，「不妊症に周期療法」というのは知られていて，周期療法で有名な夏桂成先生（南京中医薬大学）の本も原書で入手して2～3冊ぐらい読んでいたので，すでに基本的な知識は持っていました。そのうえで譚先生の臨床に就いて1日ずっと見ていたら，周期療法のやり方がなんとなくわかってきました。基本的な理論は夏先生の本でわかっていましたが，やはり譚先生のところで実際の実践を見ることができたのが幸運でした。夏先生は陰を大切にするいわゆる滋陰派なので，最初はそのやり方をペースにしながら周期療法を始めました。ちょうど妻に周期療法を行ってみたいところ3カ月ぐらいですぐに第2子を妊娠したので，確かな手ごたえを実感して，本格的に取り組みたいと思うようになりました。

その翌年に、日本中医薬研究会の静岡地区の定例会の講義に、当時来日していた叢法滋先生に1年間毎月来ていただきいろいろなことを教わったのですが、本当にすばらしい講義でした。叢先生の周期療法は夏先生とは少し違っていました。夏先生はもちろん疏肝・活血・補陽もするのですが滋陰が中心でした。一方、叢先生は陰も陽も重視するのだけれど、弁証論治のうえでどちらかといえば陽を大切にする傾向がありました。

2003年にはイスクラの第1回南京不妊症研修というのがある、その際に夏先生の講義を聴く機会を得て、さらに処方内容も全部見せてもらうことができました。本に書かれている処方と実際の臨床で出している処方が違うといった名医もいますが、夏先生はほとんど同じ処方でした。最後の懇親会では夏先生が横の席だったので、片言でしたが直接疑問に思っていたことを質問でき、その答えがすごく腑に落ちて、周期療法の理解もさらに深まりました。

猪越：その時にどんなことを尋ねたのですか？

小島：いくつか質問したのですが、一番印象に残っていることは、なぜ周期療法を発明したのか、という質問への答えです。夏先生によると、1960年代に北京の西洋医から基礎体温を紹介されたのが周期療法を始めたきっかけで、基礎体温を見て中医学の陰陽のリズム（太極図）に合っていると考えたそうです。基礎体温を見て、発病前に陰陽のリズムの失調を見つけ出して投薬することを考え、試行錯誤の苦勞の末に現在の周期療法の理論を作り出したということでした。伝統的な中医学は症状が出てからはじめて治療に取りかかることができず、夏先生は以前から発病前の予防（未病先防）を行いたいと考えていたそうです。そのため周期療法は不妊症だけでなく、あらゆる婦人科疾患の予防と治療に有効だと話していました。

ひとくちに周期療法といっても、夏先生も叢先生も譚先生もそれぞれやり方が違っていました。ですから自分なりの弁証をつくりながらい



ろいろな形で周期療法をアレンジしていき、自分なりの周期療法のやり方というのを確立していきました。その頃から始めて今700人ほど妊娠に成功しています。自分なりのやり方をずっと実践し続けていますので、やはり臨床的には皮膚科に続いて婦人科を得意としているといってもいいと思います。

現在の薬局の状況

猪越：こちらの薬局へ来られる方の疾患別の割合はどんな感じですか？

小島：不妊症が約20%で今でも一番多いです。一時期30～40%ぐらいだった時期もありますが、新型コロナウイルスの影響や、宣伝も以前ほど不妊症ばかりではなくなっているので、今は20%ぐらいです。あとは皮膚病、さまざまな婦人科疾患、胃腸疾患、関節痛、頭痛、めまい、神経症などです。やはり皮膚科と婦人科のお客さんがいちばん多くて、徹底的に勉強したというベースはやはりそう簡単に抜けるものではないですね。社長業が忙しくなっても、ここはちゃんと効果を上げていけています。

猪越：エキス剤と煎じの比率は？

小島：今は煎じが10～15%ぐらいで、残りはエキス剤や健康食品です。

煎じをいちばんよく使うのは難治性の皮膚病です。煎じでやったほうが効くし、エキス剤を複数組み合わせるよりも価格が安いケースもあるので。あとはお客様が煎じを希望された場合

です。それ以外は「依法用方」にもとづいてエキス剤や健康食品を2～4種類組み合わせることが多いですね。

エキスのメーカーも厳選しています。イスクラと東洋薬行がいちばん多くて、あとは小太郎漢方の「匙倶楽部」、松浦薬業やツムラなどを扱っています。薬局で扱える漢方エキス剤は294種類あり、医療用漢方エキス剤の約2倍になりますが、そのほとんどを揃えています。健康食品はイスクラ、小林漢方、新日本漢方など動物性生薬を使い特徴のある漢方製剤を開発しているメーカーを扱っています。他に単味の生薬末を20種類ぐらい扱っています。

最近10年くらい優れたエキス剤や健康食品が次々に発売されていますので、以前よりも煎じに頼らなくても臨床効果を上げることができるようになってきました。このように薬局では「依法用方」がやりやすい環境が整ってきており、薬局薬剤師は「依法用方」を極めるべきだと思っています。

相談において心掛けていること

猪越：実際の相談で特に心掛けていることはありますか？

小島：当たり前のことですが、いちばんは効果を出すということです。効果を出すとは、主訴を取り除くということで、そのためには正しく弁証をとることが大事です。そして正しく弁証をとるためには、病気のメカニズム、つまり病因病機を押さえなければなりません。猪越恭也先生から教わった「考える中医学」の意味においても、病因病機を考えることはすごく重要だと思っています。そのためには、舌診、脈診、それから私は掌紋診断というのも使っていますが、そういったものを使ってしっかり見立てをとって、まず主訴を取り除きます。弁証するうえでいちばん大切なことは主訴に向かっていくことだと思っています。

次に重要になるのが「標治」と「本治」の使

い分けです。一般的に「急なれば標を治し、緩なれば本を治す」といいますが、急性期から亜急性期のときは症状を取るために「標治」を重視し、ある程度症状が落ち着いて慢性期に入ったら、補腎・養血・健脾などの「本治」に入っていきます。臨床では、そうした「標治」と「本治」の順番を大切にしています。

猪越：猪越恭也は初めから「標本同治」することが多かったと思いますが、これについてはいかがですか？

小島：確かに標治だけというのは薬局においてはレアケースだと思います。病気になるということは、原則的にはもともと何らかの虚があると考えたほうがいわけですからね。もちろん『傷寒論』の陽明病のように純粋な実証はありますが、薬局に漢方相談に来るような方は、何らかの形で本虚があることが多いです。ですから急性期は実邪を除く治療の割合を高め、症状が落ち着いてきたら補う薬を増やしていくというふうに、標治と本治の比率を調整することが大切です。例えば皮膚病では、最初は皮膚が赤くて滲出性でジュクジュクしているというのは湿熱や血熱ですから、清熱・涼血・利湿の薬を使っていくわけですが、それが改善してきたら健脾薬や滋陰養血薬を加えたり、黄耆などを使って皮膚の修復を助ける治療に移っていきます。

今までとこれからのコロナ対策

猪越：新型コロナについて薬局でやれることというのは予防であったり、基礎疾患をもっている方への対策であったり、あとは血栓の問題などもたぶんあると思いますが、何か実践していることはありますか？

小島：会社の社員に対することと私個人については分けて考えていて、私個人については免疫を高めることを重視しています。結論からいうと、『黄帝内経』にある「正気存内、邪不可干」ということで、普通のカゼと同じで、免疫でいちばん大事なものは、まずは体のバリア機能です。

皮膚や粘膜でまずウイルスをブロックし、それをバックアップするものとして腸管免疫があります。そこからウイルスが体内に入ったときに、一次免疫で白血球、いわゆるNK細胞とかマクロファージといったもので攻撃します。一次免疫がウイルスと戦っているうちに、T細胞からの指令でB細胞がいろんな抗体をつくってミサイルとしてやっつけます。これは最終段階で、本当はその前の、体のバリアである皮膚や粘膜、そしてNK細胞などの一次免疫の働きが機能して全身的な免疫のバランスがよければ、新型コロナだろうと、他のインフルエンザだろうと、罹らない人は罹りません。手洗い・うがいも当然大切ですが、漢方薬や健康食品を飲んで、生活にも気をつけて、免疫を高めてカゼを引かないようにすることがより重要だと思っています。

猪越：社員に勧めている対策は何かありますか？

小島：社員に対しては、とにかく睡眠をしっかり取ること、食べものをバランスよく摂ること、そして、マスク・うがい・手洗い・消毒、「3密」を避けることを指導しています。とにかく社内で濃厚接触者をつくらないようにして、感染予防を徹底するよう伝えています。

猪越：個人的に飲んでいる漢方薬などありますか？

小島：個人的には補中益気湯、霊芝、冠元顆粒などを飲んでます。新型コロナではサイトカインストームによる血栓症が問題になっていますが、そもそも私くらいの年齢になると若干瘀血も出てきますから、瘀血を取るということは、免疫を高めるのと同じくらい予防として重要です。

好きな中成薬

猪越：特に好きな処方というのはありますか？

小島：好きな処方は冠元顆粒、補中益気湯、亀鹿仙です。亀鹿仙は婦人科ではすごくいいですね。不妊症では、特に卵巣機能低下は腎精不足

なので、これに対して植物性生薬だけだとやはり弱いのです。経験上、動物性生薬を使ったほうが手応えを得られます。亀板、鹿角、プラセンタ（紫荷車）などですが、亀鹿仙は特にいいですね。

猪越：すると補腎陰というイメージですか？

小島：基本的に低温期は滋陰、高温期は補陽というのが原則です。もちろん、人によっては滋陰の中に補陽を少し加えたり、高温期も補陽の中に補血を加えたりすることはあります。低温期は陰の時期だから動かしてはいけないというのが夏先生の周期療法における低温期の核心です。一方、叢法滋先生はそうではなくて、やはり生殖の軸は回さなければいけないという立場です。この生殖軸を動かす力は陽気の方だというのが叢先生の理論で、特に排卵が遅れて低温期が長い方は生殖軸を動かすために低温期から参茸補血丸などの補陽薬を積極的に使っていきます。

私の場合はその中間を取っているといった感じでしょうか。低温期に体温が低かったり証が明らかに陽虚という人の場合は、周期とは関係なく養血薬や補陽薬を入れていたり、陽虚の人でも低温期の初期は養陰を中心にして、真ん中ぐらいから陽を補っていくようなやり方をすることもあります。

猪越：活血薬は使われますか？

小島：婦人科疾患では他の疾患よりも積極的に使っています。夏先生は「低温期は動かさない」ということで活血薬もあまり使われませんが、叢先生は積極的に活血したほうがいいという理論でしたし、譚先生も低温期に芎帰調血飲第一加減をずっと使っていました。私の場合は、特に内膜症や多嚢胞性卵巣症、あるいは弁証して瘀血があるような方には、低温期、場合によっては高温期も含めて活血薬を使います。活血薬を使うと「着床したのが流れてしまうのでは？」と考える人がいますが、活血薬は卵子などに作用するのではなく、骨盤内や子宮内の血流を良くしているのであって、着床したのが流れるという訳ではありません。



猪越：活血の中成薬でいうと冠元顆粒はどうでしょう？

小島：日本中医薬研究会の学術委員長の頃、冠元顆粒と瘀血の研究は徹底的にやりました。極論すると、冠元顆粒は使おうと思えばどんな人にも使えます。例えば血液をサラサラにしたい人などは、冠元顆粒を1～2包飲むといいでしょう。開発経緯から考えても冠元顆粒は弁証とは違う考え方で予防的にも使うことができるということです。

一方、弁証論治で使うとなれば、私は基本的には瘀血の証がないと使いません。冠元顆粒が特に作用するのは末梢と心臓と脳なので、末梢神経的な問題や脳の問題や心臓の問題があるときは、積極的に冠元顆粒を使います。ただ、婦人科で、腹腔内に入った瘀血、例えば卵巣嚢腫や子宮内膜症では、冠元顆粒の作用ポイントからみるとちょっと合わないように思っているので、そういうときは、冠元顆粒は併用にすると冠元顆粒以外の活血薬を使ったりします。

猪越：あと、補中益気湯についてはどうでしょう。

小島：補中益気湯はもう補気薬の王様ですね。疲れやすいとか、免疫を上げたいといったときに好んで使います。私は李東垣も好きで、結構『脾胃論』に関する本を読みました。なかでも陰火の理論などは非常に難しく、いくら診ても自分の臨床のなかで陰火についてピンと来るものはありません。ですが、単純に全身の気虚とか疲れやすいといったときに良い効果があることは確かです。

これからの夢や計画

猪越：これからこんなことをやりたいといった夢などはありますか？

小島：会社としての夢と、個人としての夢というのは少し違います。2007年に社長になって、いろいろなご縁があって店舗を増やしてきました。しかし、全国にチェーン展開したり、もっと幅広くやっていこうといったことは考えていなくて、今は沼津、富士、御殿場、長泉といった静岡県東部で9店舗出していますが、このエリアで地域密着でやっていきたいと思っています。そのなかで発展していくためには、他にはできないことをやるしかありません。うちはもともと「漢方相談」をやっていて、さらに「在宅専門薬局」と「かかりつけ薬局」をつくりました。

この厳しい時代に独立独歩でやるには、企業価値を高めることがすごく重要になるのですが、実はこの3つを全部やっている薬局は全国的にもほとんどありません。例えば「在宅」と「調剤」をやっているところは増えてきています。でも、うちの「在宅」は単にお薬をお届けするのではなく、医師と全部同行するといった高度な形で、無菌調剤もやっています。また、全店舗に「かかりつけ薬剤師」を置いて、薬の一元的管理や地域の健康サポートも行っています。そして漢方相談も、当然、普通の漢方専門薬局よりも高いレベルでやっています。

つまり、薬局の専門性、薬剤師としての専門性を追求して、「漢方」「在宅」「調剤」「かかりつけ」というのを高レベルで発展させて企業価値を高めていき、10年後、20年後になっても小島薬局が「魅力的である」と言われるような企業価値が高い状態を維持することが夢というか目標ですね。

私個人としては、いつかは社長業を引退しますから、その後はゴルフや旅行といった趣味をしながら週3日～4日くらいのペースでのんびりと漢方薬局をやって人助けをしたいです。それから、やはり何らかの形で漢方業界や中医学

業界の発展に貢献できるようなことをしたいというのが夢です。

中医学を日本に根付かせるために

猪越：中医学は、まだまだ日本ではメジャーとはいえない状況です。それをもっと根付かせるために、どのようなことが必要だと思いますか？

小島：1つは一般の人にもっと知ってもらうことです。これからはセルフメディケーションの時代ですから、中医学の役割はますます重要になっていくと思います。うちでは「健康サポート薬局」という取り組みを行って、薬局として個人の健康サポートを行うとともに、中医学を含めた健康を増進するさまざまな啓蒙活動も行っていきます。この取り組みによって昨年、健康寿命アワード厚生労働省老健局長優良賞というのを薬局として初めて受賞しました。

それから、薬剤師や医師のなかで漢方・中医学のプロといえるような専門家が少なすぎることも問題です。漢方薬局自体は減っていますが、やはり漢方は需要も多いので、漢方の専門家を育成することが業界にとってすごく重要だと思います。

猪越恭也先生は一般の人に知ってもらうことを重視すると同時に、イスクラ中医薬研修塾をつくって専門家の育成にも尽力されました。これが今も連綿と続いているというのは、本当に素晴らしいことだと思います。私も2008年より講師陣の一員として、恭也先生の意思を継いで後進の指導を行っています。

プロとしてやるのであれば、ある程度のレベルにならなくてはいけません。私が経験したなかでは、中医学の入り口としてイスクラ中医薬研修塾より優れたところはないと思います。もちろん、そこを出たからといってすぐプロになれるわけではありませんが、1年間住み込みで勉強できる学校や研修塾はほかにないので、最高の環境だと思います。

中医初学者へのアドバイス

猪越：初学者へ何かアドバイスをいただけますか？

小島：漢方の世界で相談者としてプロになりたい、一流になりたいということであれば、やはり3年や5年くらいの一定期間、中医学に徹底して専念する時期をもつことが絶対に必要だと思います。私自身もそうやってきました。3年や5年、西洋医学を置いておいても、とにかく中医学脳で病因病機をみていく習慣を身につけることです。そして、読める本は何でも徹底して読んだほうがいいですね。また、今は難しいですが、実際に中国に行って中医学の臨床の現場を研修することも大切だと思います。

猪越：どんな本がお勧めですか？

小島：お勧めの本は、必ずしも初学者向けではありませんが、1つは『大地』（緑書房）という本です。これは、三浦於菟先生が南京に留学していた頃の留学記みたいなもので、南京に居たときにどう勉強をやったかということが書いてあります。いい本で、まず初学者というか、中医学を始めたときに読んだほうが良いと思います。

次に、基本的な本や教科書をクリアして、ひととおりの基礎ができた後に読んでほしいのが、陳潮祖先生の『中医臨床のための病機と治法』（神戸中医学研究会訳・歯歯薬出版）です。これは絶対に読んだほうが良いです。

さらにお勧めしたいのが、黄煌先生の『中医伝統流派の系譜』（柴崎瑛子訳・東洋学術出版社）と、創医会から出版されている『中医各家学説』です。『中医伝統流派の系譜』は教科書とはちょっと違う黄煌先生オリジナルの各家学説です。創医会の『中医各家学説』は中国の教科書をほぼそのまま翻訳したもので、この2冊で各家学説を学ぶことをお勧めします。中国伝統医学の名著は『傷寒論』や『黄帝内経』だけではないので、この道でプロというからには各家学説の流れは絶対に学ばなければいけな

いと思います。そのなかで興味を持った名医の著書をさらに深く学ぶとよいと思います。

そして最後に『中医臨床』を全部読む(笑)。今、日本で出版されている中医学の専門誌はこれしかなく、内容も素晴らしいので、定期購読をお勧めします。

これから漢方薬局をやろうとしている人へ

猪越：これから、特に漢方薬局をやろうとしている方へのアドバイスはありますか？

小島：大阪に狭間研至先生という方がおり、その先生は、薬局は51年のサイクルで、導入期、成長期、成熟期、衰退期で進んでいるという理論を唱えています。調剤薬局は1971年が医薬分業元年といわれていますが、それに当てはめると、今はちょうど成熟期の末期で、4～5年後の2025年から衰退期に入ることになっています。そう考えるとこれから調剤薬局で独立することは極めて難しいと思います。その点、漢方相談薬局というのは自分の実力があれば、お客様がついてきてくれます。しかも、お客様が治って「ありがとう」と言ってもらえる、他人に喜ばれて商売が成り立つ素晴らしい仕事です。さらに、自分がプロとして自信がもてれば、場合によっては医師よりも信頼してもらえる、すごくやりがいがある仕事だと思います。

現在、漢方相談薬局は減少していますが、逆にいえばライバルが減っている状況でもあります。おそらく今後も漢方薬を中心としたセルフメディケーションの需要は減らないと思うので、ぜひ実力をつけて漢方相談薬局での独立を目指してほしいと思います。

猪越：本日は長い時間、さまざまな話を聞かせていただきありがとうございます。

(取材：2021年1月20日・静岡県沼津市、文責：編集部)

【あとから】

小島先生とは、もうかれこれ四半世紀にわたる付き合いなので、大体のことは知っていたつもりでしたが、今回改めてじっくり話を聞く時間が持ててよかったです。

だいぶ若い頃から会の要職を任せられ、その学識は誰もが認めるどころでした。時には尖った物言いで、軋轢を招くことも少なからずありましたが、本人はいつも気に留めるふうもなく、我が道を行くその精神力も比類ないものです。今は薬局の規模も、方向性も違うかもしれないけれど、ずっと頼れる仲間だと思っています。これから、もっと多くの人に中医学を認知してもらうために、お互いの立場でいろいろやっていきましょう。

また、ゆっくり飲める日を楽しみにしています。今回はキャンセルになってしまいましたが、沼津の寿司もいつの日か、お願いします。



【聞き手】猪越 英明 (いこし・ひであき)

東京薬科大学薬学部中国医学研究室准教授、国際医療福祉大学薬学部非常勤講師。医学博士・薬剤師・鍼灸師・国際中医専門員。日本中医学会理事、多摩中医薬研究会会長。東西薬局代表。