

原著

## 「フクロウ型体質」に対する<sup>りょうけいじゅつかんとう</sup>苓桂朮甘湯の効果

恵紙英昭<sup>1)2)</sup> 田中聡子<sup>1)</sup> 松尾玲沙<sup>3)</sup> 浅田不二子<sup>4)</sup> 川西由莉<sup>4)</sup> 大町友樹<sup>5)</sup>

The effect of Japanese (Kampo) herbal medicine Ryokeijutsukanto on 'Owl type' constitution

Hideaki Egami<sup>1)2)</sup> Satoko Tanaka<sup>1)</sup> Reisa Matsuo<sup>3)</sup> Fujiko Asada<sup>4)</sup> Yuri Kawanishi<sup>4)</sup>  
Tomoki Oomachi<sup>5)</sup>

【抄録】 睡眠・覚醒リズム障害や頭痛・全身倦怠感・めまいなどの不定愁訴に対して苓桂朮甘湯(りょうけいじゅつかんとう)を投与した3症例を呈示した。また、<sup>りょうけいじゅつかんとう</sup>苓桂朮甘湯の原典と薬能、「フクロウ型体質」に対する効果を解説した。思春期の子ども達に対して大量の抗うつ薬や抗不安薬などの向精神薬を用いる危険性はよく知られている。<sup>りょうけいじゅつかんとう</sup>苓桂朮甘湯を投与された「フクロウ型体質」の人の多くは、多項目の症状の改善を認める。<sup>りょうけいじゅつかんとう</sup>苓桂朮甘湯は、自律神経失調症を伴う思春期の「フクロウ型体質」や結果としての不適応や不登校を改善するかもしれない。

**[Abstract]** We reported here three cases of administering Ryokeijutsukanto with irregular sleep-wake pattern and unidentified complaints including headache, general fatigue and dizziness. We explained the source and properties of Ryokeijutsukanto, and the effect of Ryokeijutsukanto on the owl type constitution. The risk of treating adolescents with many psychotropic drugs such as antidepressant agents and anxiolytic agents is well recognized. Most of the owl type constitution who received Ryokeijutsukanto showed improvement of many symptoms. Ryokeijutsukanto might help to alleviate owl type constitution including school maladjustment/school refusal in adolescents with autonomic nervous system dysfunction.

**Key Words :** フクロウ型体質、苓桂朮甘湯、睡眠・覚醒リズム障害、自律神経失調症 ; Owl type constitution, Ryokeijutsukanto, irregular sleep-wake pattern, autonomic nervous system dysfunction

- 
- 1) 久留米大学医療センター先進漢方治療センター  
Department of Innovative Kampo Medical Center, Kurume Medical Center
  - 2) 久留米大学医学部神経精神医学講座  
Department of Neuropsychiatry, Kurume University School of Medicine
  - 3) 久留米大学医学部麻酔学講座  
Department of Anesthesiology, Kurume University School of Medicine
  - 4) 久留米大学病院  
Kurume University Hospital
  - 5) 久留米大学医学部医学科  
Kurume University School of Medicine

## 1, はじめに

体質とは形質、気質、素質を総合したもので、それぞれは個体の保有している形態的、精神的、機能的性質を示す<sup>1</sup>。各人の体質は、体力のあるなし、胃腸が強い弱い、筋肉が硬い柔らかい、早起きや朝が苦手、漢方医学的に言えば実証か虚証かなど異なり個体差がある。西洋医学では体質をあまり重要視せず、診断に基づいてエビデンスを参考に投薬することが多いため、患者個人によって効果に差異が出てくる場合がある。東洋医学では「心身一如」の考えをもとに四診（望診、聞診、問診、切診）を用いて個人の体質や病態を把握し処方決定するため、同じ症状・病態であっても漢方薬の種類が異なる場合がある。漢方医学も西洋医学のようにエビデンス構築が行われるようになり、漢方薬を処方する医師が増えているが、疾患と漢方薬の組み合わせ

せが対一にならない症例に出会うのが実臨床である。今回はとくに「フクロウ型体質」に焦点をあて、予防鍼灸研究会特別例会 2022 で講演した「朝起きが苦手なフクロウ型に対する漢方治療を中心に ～生薬の薬能・薬性を生かす～」の講演内容をもとに「フクロウ型体質」と「苓桂朮甘湯<sup>りょうけいじゆつかんとう</sup>」について症例を通して解説する。

## 2, 「フクロウ型体質」とは

「フクロウ型体質」について、1980 年に山本巖が『東医雑録』の中で、症状、経過、治療について詳細に記載している<sup>2</sup>。「フクロウ型体質」とは主症状を表 1 に示すように、「朝寝の宵っ張り」でなかなか目が覚めず起き上がれない、休日は昼頃まで寝ている、朝は頭がボーッとし調子が悪く夕方から夜にかけて最も元気である、朝食は欲しくないが晩ご飯は美味しく食べる、

表1 フクロウ型体質の主な症状

1	朝、なかなか目が覚めない・起き上がれない
2	午前中はボーッとし調子が悪く、夕方から夜は良くなる
3	朝食は食べたくないが晩ご飯は美味しく食べる
4	年間を通して、いつもどこか体の具合が悪い
5	体がきつい、疲れやすい、体力がない
6	頭痛がする(雨や台風、過労、睡眠不足などが誘因)
7	肩・首がこる
8	胃がつかえる、重苦しい、痛い
9	吐き気がしやすい
10	めまい、立ちくらみがする
11	乗り物酔いしやすい
12	入浴時に気分が悪くなる
13	手足が冷える
14	夜、なかなか眠れない
15	休みは昼まで寝ている、寝ていたい
14	むくみやすい

当科では0～4段階で評価している(0:いいえ、1:ほんの少し、2:少し、3:かなり、4:非常に)

年間を通していつもどこか体の具合が悪い、体がきつい、疲れやすい、体力がない、頭痛がする（雨や台風、過労、睡眠不足などが誘因）、肩や首がこる、胃がつかえ重苦しい、胃が痛む、吐き気がある、めまいや立ちくらみがする、手足が冷える、夜なかなか眠れない、むくみやすいなど多愁訴である。当院では症状の程度を 0~4 段階で評価している。内科や小児科を受診しても一般的な診察、検査では異常がなく、西洋医学的には自律神経失調症、気分障害、睡眠相後退症候群と診断されることが多い。山本<sup>2</sup>は、この「フクロウ型体質」とは一日のリズムはスロースターターであるが、人生を通して大病をしなければ年齢を重ねるごとに元気になり、60 歳や 70 歳頃には大変元気になる体質であり症候群であると報告した。

国内での大規模な疫学調査はなく、山本はこの病態を呈するひとが世の中に 2~4 割いるのではないかと記載しているが、社会的な時差ボケという視点で Benjamin L. Smarr<sup>3</sup>が約 15,000 人の大規模研究を行い、ヒバリ型、フィンチ型、フクロウ型の 3 種類の活動時間を示し、活動ピークはヒバリ型が 12 時 46 分、フィンチ型は 16 時 22 分、フクロウ型は 20 時 20 分と報告した。このように夜型タイプの人がある一定数存在しているが、その中に社会生活で自己実現のために学校や仕事などの始業時間に合わせようとする時に、頑張って行動しようとしても、朝から起きられず、仕事時間帯に能力を発揮できず、他人から責められ、また自らを責めることで、自己評価が低くなり、心身を病み日常生活に支障をきたしている場合があり治療的介入が必要で

ある。

「フクロウ型体質」（以後フクロウ型）と漢方治療については、一般的にはあまり知られていないため、起立性調節障害の診断で昇圧剤投与、入眠困難や睡眠相後退症候群と診断されてメラトニンや睡眠導入剤を投与されていることが多い。西洋医学的な治療で社会適応ができていない場合は問題ないが、症状から向精神薬を処方され、過鎮静などの副作用でかえって睡眠覚醒リズムが乱れて受診する患者も多い。フクロウ型の治療について『東医雑録』の中で、りょうけいじゅつかんとう 苓桂朮甘湯を中心に述べられている。著者も典型的なフクロウ型に りょうけいじゅつかんとう 苓桂朮甘湯を投与した症例を報告し、<sup>4</sup> Sakata<sup>4</sup>らは起立性調節障害を認め、めまいなどを呈する患者でフクロウ型と考えられる症例に りょうけいじゅつかんとう 苓桂朮甘湯を増量することで著明な効果を示すことを報告した<sup>5</sup>。

### 3, ヒバリ型

フクロウ型と反対のヒバリ型を簡単に説明する。フクロウ型とは対照的に若い頃から朝は早起きが苦にならず、寝付きも良く、不眠などとは縁がない、骨格・筋肉などの運動系、呼吸器系・循環器系、胃腸も丈夫、食欲も旺盛で、何を食べてもおいしく、食べ過ぎてもお腹をこわさない。体力があり粘りもよい。無理な生活、暴飲暴食をしても大丈夫だが忘れた頃に病気になる。平素は元気だから、医者にかかるのが大儀といったタイプで、漢方医学的には実証の部類である。フクロウ型同様に自分の回りを見渡すと一定数はいるものである。このタイプは生活習慣病になってから治療が開始されることが多い。

4, 苓桂朮甘湯について

苓桂朮甘湯<sup>6</sup>の出典は、張仲景が編纂した『傷寒論』で方名は茯苓桂枝白朮甘草湯である。「傷寒、若吐、若下後、心下逆満、気上衝胸、起則頭眩、脉沈緊、発汗則動経、身為振振搖者、茯苓桂枝白朮甘草湯主之」とあり、通釈すれば「傷寒に吐法を誤用し、あるいは下法を誤用した後、心下が脹満し、気が胸膈に向かって突き上げるような感じがし、起立すると頭や目が眩み、脈が沈緊であるのは、茯苓桂枝白朮甘草湯を用いて治療する。」である。一方『金匱要略』には「心下有痰飲、胸脇支満、目眩、苓桂朮甘湯主之」および「夫短氣有微飲、當從小便去之、苓桂朮甘湯之主」とあり、通釈は「心下部に痰飲が停滞し、胸脇部が突っ張って脹満し、眩暈がする場合は、苓桂朮甘湯を用いて治療すべき

である」「そもそも息切れがして、少量の水飲が停滞している場合は、小便より水飲を除去すべきであり、この場合は苓桂朮甘湯を用いて治療する」とある。つまり、古典では苓桂朮甘湯は誤治の際に生じる消化器やめまいなどの症状や上部消化管に水分が溜まり、胸がつかえてめまいがする様な状態に処方すると記載されている。

苓桂朮甘湯の構成生薬と薬能と薬性を表2に示す<sup>7</sup>。茯苓、桂皮、蒼朮、甘草の4生薬からなりそれぞれの薬能と薬性がある。茯苓・蒼朮・桂皮は主に胃内・胸部・内耳のリンパ水など身体上部の水滯を血中に取り込む、つまり水分を吸収して排泄する、桂皮は末梢血管拡張作用、軽度強心作用、抗不安作用を有する、茯苓・桂皮・甘草は心悸亢進（動悸）を鎮め、鎮静・抗不安作用を有する。古典では白朮であるが製薬会社によっては蒼朮の場合もある。薬性は桂皮・蒼朮は温性で、

表2 苓桂朮甘湯の薬能・薬性

苓桂朮甘湯	茯苓	桂皮	蒼朮	甘草
-------	----	----	----	----

薬性		
平	微温	温

- 1, 茯苓・蒼朮・桂皮……水分を吸収して排泄
- 2, 桂皮……末梢血管拡張作用、軽度強心作用、抗不安作用
- 3, 茯苓・桂皮・甘草……心悸亢進（動悸）を鎮める

効能又は効果（現在の保険病名）

神経質、ノイローゼ、めまい、動悸、息切れ、頭痛

ポイント

朝起きが苦手、浮腫（体が重い）、めまい、頭痛、立ちくらみ、倦怠感、冷え、神経質などに用いる

茯苓・甘草は平であり、りょうけいじゅつかんとう 苓桂朮甘湯は微温で若干温める作用がある。

適応疾患は、保険診療では<sup>8</sup>めまい、ふらつきがあり、また動悸がある尿量が減少するものの次の諸症：神経質、ノイローゼ、めまい、動悸、息切れ、頭痛である。このように保険適応病名は生薬の薬能によってほぼ決められている。その他の適応疾患は、起立性調節障害、自律神経失調症、本態性低血圧、眩暈症、動揺病、メニエル症候群、神経循環無力症、神経性心悸亢進、耳鳴症、頭痛、片頭痛、肩こり症、無力体質、不適応症候群、脳貧血、慢性循環不全症、慢性胃炎などである。

## 5, りょうけいじゅつかんとう フクロウ型体質に対する 苓桂朮甘湯

### の効果

まず症例1として、著者自身の<sup>りょうけいじゅつかんとう</sup> 苓桂朮甘湯内服の実体験を報告する。26歳時に初診。小学校時代から朝起きが苦手、何度も起こされるが起きてはまたすぐに横になり、遅刻することが多く朝から学校に送ってもらうことがしばしばあった。学校では午前中はほとんど勉強に身が入らず保健室にいることが多く、昼頃から徐々に元気になるので昼食がどうにか食べられ、午後からの体育は活動できた。帰宅する夕方頃から元気になり友人とソフトボールをしていた。夜になると食欲もあり明るく会話ができて元気になる。夜に寝返りするとお腹がチャポンチャポンと水の音がしていた。夜は元気なので「明日は早く起きて行きます」と元気よく返事するが、朝には起きられず、親に起こされることを繰り返す。小児科を受診したが異常ないと言われた。湿

度が高くなる時にはめまい、頭痛、腹痛、腰痛などがあり鎮痛薬を飲まされたが、小児科からは乳糖を処方され、今思えば心身症の診断をされていたと思われる。「おまえはなまけている、気合いが足りない、何でも気合いだ」と言われ続けた。中学時代はバス通学だったため朝が起きられず不規則な登校となり、2年生の冬からだるさ、頭痛が増悪し朝が起きられず、週に2-3回は学校を休むようになった。そのうち中学3年まで送迎してもらった回数が増えた。高校に入学し校内の寮に入ったため、朝の点呼時に起床し二度寝してもどうにか遅刻せず登校できた。その後大学に進学したが遅刻が多かった。就職したが、だるさ、朝起きのできなさ、頭痛、歯が浮いた感じがあり、遅刻しがちであり、夕方から夜にかけて元気になる状態が続いた。医師として勤務するが朝起きが苦手な夜遅くまで仕事をする事が多くなり、自然と朝の出勤が億劫になってきた。どうにか改善したいと思い受診したところ、漢方の師匠である故・福富稔明先生から「フクロウ型体質」だからと<sup>りょうけいじゅつかんとう</sup> 苓桂朮甘湯を3包分3で処方された。すると、内服後より目覚めがよくなりスムーズに起きることができ、夜は熟睡し、日中の気分が明るくなり、下肢の浮腫も改善、徐々に朝食が少しずつ食べられるようになった。徐々に午前中の憂うつな気分もなくなって将来のことを前向きに考えられるようになった。この実体験からフクロウ型には<sup>りょうけいじゅつかんとう</sup> 苓桂朮甘湯によって一定の効果があることを確信し、その後は複数の高校の学校医となり思春期の子ども達の遅刻や不登校、不適応を起こしている中からフクロウ型を掘り起こし、希望があれば漢方治療を行っ

てきた。このことが現在の「フクロウ外来」の礎である。

症例2は、24歳の女性で、小学校時代から朝起きが苦手で、学校に送ってもらうことがしばしばあった。夜は食欲もあり明るく元気になる。夜は「明日は学校に行く」と明るく宣言するが、翌朝になると親から何回も起こされても起きられず遅刻の常習者となった。小児科を受診したが異常ないと言われ、中学も不規則な登校でどうにか高校に進学した。近隣の学校で通学時間は30分以内だったが、朝課外には遅刻していた。複数年浪人し大学に進学し、朝起きが苦手なので目覚まし時計を1時間前からかけて、遅刻を繰り返し欠席しながらどうにか登校した。そのうちにフクロウ型について知る機会があり当院を受診した。表1のフクロウ型の症状全てが当てはまった。生化学検査、一般検血、検尿は異常なかった。腹診で振水音、舌診で齒痕舌を認め水滯の所見が著明であり、瘀血の圧痛点が陽性、舌下静脈が濃く瘀血を認めた。そこでりょうけいじゅつかんとう 苓桂朮甘湯を3包分3で処方したところ、2週間後には目覚まし時計で起きるまでの時間が、1時間から20分に短縮した。午前中のだるさや下肢の浮腫もVAS（Visual Analog Scale）で30/100まで改善、徐々に朝食が少しずつ食べられるようになった。気分も明るくなり、憂うつな気分もなくなって将来のことを前向きに考えられるようになった。3か月程度継続し、以後眠前にりょうけいじゅつかんとう 苓桂朮甘湯1包～1.5包頓用でスムーズに起きられるようになった。

症例3は、21歳の女性。主訴は朝起きれ

ない、遅刻する、午前中ボーッとするである。子どもの頃から朝起きが苦手で、高校生まで毎日家族に30分以上起こされて登校していた。大学に入学したが、起こしてくれる人がいず、遅刻が目立ち、友人からは「寝坊助」と言われていた。自分でもどうしようもなく、自分はだめだと悩んでいたが「フクロウ外来」を知り受診した。フクロウ型体質の症状について評価すると、0～4段階の評価で3/4以上が、朝なかなか目覚めず起き上がれないことが多い(4/4)、夜はなかなか寝付けられないことが多い(4/4)、体がきつい、疲れやすい、体力がないと感じることが多い(3/4)、首・肩が凝ることが多い(4/4)、手足が冷えるほうだ(3/4)、休みの日は昼頃まで寝ていることが多い(3/4)、午前中は調子が悪いが、夕方から夜にかけてよくなることが多い(3/4)、むくみやすいと思う(4/4)であった。生化学検査、一般検血では異常なく、新起立試験による起立性調節障害の診断を満たさなかった。漢方医学的には腹診で振水音や舌診で齒痕舌を認め水滯が著明であった。そこでりょうけいじゅつかんとう 苓桂朮甘湯3包分3朝夕眠前を開始した。4週間後の経過は、朝なかなか目覚めず起き上がれないことが多い(4/4→2/4)、夜はなかなか寝付けられないことが多い(4/4→1/4)、体力がないと感じることが多い(3/4→2.5/4)、首・肩が凝ることが多い(4/4→4/4)、手足が冷えるほうだ(3/4→3/4)、休みの日は昼頃まで寝ていることが多い(3/4→1/4)、午前中は調子が悪いが、夕方から夜にかけてよくなることが多い(3/4→2/4)、むくみやすいと思う(4/4→3/4)となり、首・肩こりと冷えについて以外は改善した。本人の表現では、「自覚的にとても朝が起

きられるようになり睡眠も安定してきた。日中の調子も良く勉強もできている」とのことであった。その後数ヶ月内服し遅刻もなく登校ができ、成績も上昇し自覚的にも満足したため、数カ月間内服し徐々に減量して中止したが、その後3年間は再燃することなく大学を卒業した。

その他の症例では、100マス計算やパズルゲームを行い、<sup>りょうけいじゅつかんとう</sup>苓桂朮甘湯の内服4週間後に所要時間の短縮を認めた。

これらの様にフクロウ型の典型例に対する<sup>りょうけいじゅつかんとう</sup>苓桂朮甘湯の効果は、内服後早期にみられ、多数の症状が改善し日中のパフォーマンスが改善する。このような効果を得るのは西洋医学的治療だけでは難しい。

## 6, 当院における「フクロウ外来」診療の実際

久留米大学医療センター先進漢方治療センターは、精神科医と小児科医が協働しフクロウ型体質で悩んでいる子ども達を積極的に診療している。診察は、まず十分な問診を行い、生活歴、家族歴、既往歴、現病歴、治療歴を把握する。幼少期からの生活状況に加え、朝が起きづらい、午前中は頭が働かない、倦怠感がある、めまい、立ちくらみ、頭痛などの症状が何歳から出現したかを本人から、家族からも育方法や生活習慣を聞き、本人と家族の認識を確認する。一般的な検査としては、身長・体重・血圧の計測、起立性調節障害の有無をみるため新起立試験、姿勢が悪い子ども達もいるため胸部、頸椎、脊椎のX線を施行する。CT、MRIを施行する場合もある。採血は生化学検査、一般検血、尿検査、さらに内分泌機能として甲状腺機能、下垂体機能

等をチェックする。心理検査では自記式の不安尺度であるSTAI、抑うつはCES-D、その他TEG、QOL29等も用いている。

次に東洋医学的診察として、脈診、舌診、腹診も行い、冷えなど寒熱、虚実、さらに気血水理論も合わせて、気うつ、気滞、瘀血、水滯などを判断する。このように西洋医学的診断と東洋医学的診断を融合して最終判断を行っている。

## 7, 統計

新型コロナウイルス感染症パンデミック前の統計を示す。フクロウ外来の受診者数は、2018年11月～2019年10月の1年間に新患160名（男性78名、女性82名）だった。男女差はなく、最年少は12才女性、最高齢は88才女性で中央値は17才。未成年（20才未満）が90名と56.3%を占めたが、成人も各年代に数名ずつの受診があった。当大学医学部3年生の実習（RMCP:Research mind cultivation program）では、学生自らフクロウ型であったため実習中の研究を行った一部を以下に記載する。フクロウ型26名について診察を行い、10歳代が30.8%（8名）、20歳代が7.7%（2名）、30歳代が42.3%（11名）、40歳代が7.7%（2名）、50歳代が11.5%（3名）であった。男性が23.1%（6名）、女性が76.9%（20名）、全員頸椎の異常があり、ストレートネックが42.3%（11名）、後弯が53.9%（14名）、それ以外の変形性頸椎症が3.8%（1名）であった。外傷歴の有無は、有りが46.2%（12名）、無しが53.8%（14名）だった。学校や人間関係などの強いストレスの有無は、有りが76.9%（20名）、無しが23.1%

(6名)だった。漢方医学的には水滯と瘀血に焦点を当てると、水滯が30.8% (8名)、瘀血が15.4% (4名)、水滯と瘀血の両方を持つものが53.8% (14名)だった。薬物療法は漢方薬のみが61.5% (16名)、西洋薬と併用が38.8% (10名)だった。漢方薬はりょうけいじゅつかんとう 苓桂朮甘湯のみが6名、りょうけいじゅつかんとう 苓桂朮甘湯とかつこんかじゅつぷとう 葛根加朮附湯併用が6名、りょうけいじゅつかんとう 苓桂朮甘湯、かつこんかじゅつぷとう 葛根加朮附湯とちだぼくいっぼう 治打撲一方併用が9名、かつこんかじゅつぷとう 葛根加朮附湯とちだぼくいっぼう 治打撲一方併用が2名だった。

以上のようにフクロウ型は幅広い年齢に存在し、頸椎の異常、心理的問題などを抱えている現状が見えてきた。また漢方医学的にみても若い世代にも水滯や瘀血が著明な症例があり、その病態に応じた漢方治療のみならず、生活指導、食事指導、睡眠衛生指導、ストレッチなどが必要であると考ええる。

## 8. まとめ

受診する老若男女の一日は、学校や仕事の始業時間に遅刻する、午前中が起きられず午後から出席する、午前中は頭が働かない、夜になると「明日は学校に行く」と言うが翌朝には起きられないという特徴がある。この状況が続き自己嫌悪におちいり、親子喧嘩や家族との口論が絶えない。親は「早く起こしてくれといったではないか」と怒り、必死で起こそうとする。しかし本人は起きることができず、なかには起こされた記憶がなく「なぜ起こさなかったのか」と言ひだし、親の感情の火に油を注ぐ場合がある。これが家庭内の現実である。文部科学省の調査<sup>9</sup>で、不登校児童生徒を

「何らかの心理的、情緒的、身体的あるいは社会的要因・背景により登校しないあるいはしたくともできない状況にあるために年間30日以上欠席した者のうち、病気や経済的理由による者を除いたもの」と定義している。われわれは、この様な子ども達の問題の中に、このフクロウ型が含まれているのではないかと考えており、多くの人々にこの病態の存在を啓蒙し理解を深め、子ども達の声に耳を傾けて成長を支えていくことが重要であると考ええる。

「フクロウ外来」の意義は、諸症状で苦しみ周囲から否定され続け、自己評価が低くなっている人たちに対して、そのつらさを傾聴、共感し、全人的治療の観点から心身両面へアプローチし、自己肯定感を持てるように促し、前向きに生きていく支えになることと考える。

## 利益相反

本論文に関して開示すべき COI は、ありません。

## 参考文献

1. 南山堂 医学大事典 第19版 p1529 東京 2009.
2. 山本 巖：りょうけいじゅつかんとう 苓桂朮甘湯について 東医雑録 (1) 690-716、燎原 東京 1980.
3. Benjamin L. Smarr & Aaron E. Schirmer : SCIENTIFIC REPORTS (2018) 8:4793 | DOI:10.1038/s41598-018-23044-8.
4. 恵紙英昭、福富稔明：フクロウ型体質りょうけいじゅつかんとう と苓桂朮甘湯、精神科 2012; 20

- (2) : 196-200.
5. Masahiro Sakata, Hideaki Egami:  
Successful treatment of orthostatic  
dysregulation with Japanese (Kampo)  
herbal medicine ryokeijutsukanto.  
<https://doi.org/10.1016/j.explore.2020.04.003>
  6. 小山誠次：古典に生きる エキス漢方  
方剤学 2014 メディカルユーコン
  7. 福富稔明著、山方勇次編：漢方 123 処  
方臨床解説一師・山本 巖の訓えー  
メディカルユーコン 2016.
  8. ツムラ医療用漢方製剤小冊子：株式会  
社ツムラ 2021.
  9. 文部科学省 別添 義務教育の段階にお  
ける普通教育に相当する教育の機会  
の確保等に関する法律第二条第三号の就  
学が困難である状況を定める省令  
[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shoto  
u/seitoshidou/\\_icsFiles/afieldfile/201  
7/04/24/1384619\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/a_menu/shoto<br/>u/seitoshidou/_icsFiles/afieldfile/201<br/>7/04/24/1384619_1.pdf)