

漢方の診断学：問診（もんしん）の具体例（2）

公立菊池養生園保健センター長 芹川和志

今回も問診（もんしん）の具体例を見ていきたいと思います。やや難しいところも多いので、理解にこだわらず読み飛ばしてもらえれば幸いです。

大小便

大小便の問診は病人の陰陽虚実を判断するうえで非常に大切です。

●便秘には寒熱虚実の別があり、胃に熱があってその為大便が秘結して腹があるのは熱実証。瘀血や気滞の便秘も実証です。老人性の便秘は、腸内が脱水乾燥して水分が不足し便が固くなる場合が多く虚証です。下痢も発熱や腹痛を伴って急性に起こるものは外感病で実証。慢性の下痢や軟便傾向の人は一般的に虚証で脾虚と見ますが、高齢者で明け方に下痢腹痛が起きるものは腎虚によるものです。

●小便の色が濃く量も少ないのは熱証か脱水による水分不足。尿色が薄くたくさん出るのは虚寒証で、夜中に何度もトイレに起きる、小便の勢いが弱いのは腎虚です。小便が出し渋る、排尿痛や残尿感は淋症と言って下焦の熱です。

飲食

●よく喉が渇いて、冷たい水やお茶を飲む人は熱証、発熱があるかのほせ性の体質です。●のどが渇かず、飲んででも暖かい飲

み物を少量しか飲まない人は寒証で、冷え性の人が多いようです。●口が渇くけど、茶や水はあまり飲まない、口をすすげばよいという人は瘀血症のことが多く、●のどは渇くけど飲むと吐いたり気分が悪くなる人は水逆といって、体内に水分が余っている人です。●食欲が旺盛すぎていつも腹がすいて、のども渇く人は消渴（糖尿病）を疑います。また●よく腹がすき、空腹になると胃が痛んだり、胸焼けする人は胃に熱があり胃酸過多を疑います。●食欲がなく、少し食べるとすぐに腹が張ったり腹鳴りする人は脾胃虚弱の証です。●食事をすると眠くなる人や乗り物などでよく居眠りする人は脾気虚です。●風邪をひいたときなど口が苦い味がすることがありますが、口が苦いという症状は、湿と熱がある証拠で、口の中で甘く感じられるときは脾の湿熱。酸っぱく感じられるときは胃の中に食べ物が残っているか、肝気が昂って脾（胃腸）の働きを妨げている肝脾不和、●口の中が塩からく感じられる人は腎虚の人が多くようです。●口の中に薄い唾液がいっぱい出てくる人は胃が冷えて働きが悪くなっている脾胃虚寒です。

令和7年度の健康診断 お申込みはお早めに

けんしんには「検診」と「健診」の2通りありますが、その違いをご存知でしょうか？

「検診」とは特定の病気を発見するために行う検査のことで、早く病気を見つけて治療に繋げることが目的です。一方、「健診」は現在の健康状態を確認し、病気そのものを「予防」することを目的としています。

血圧や血液検査による血糖値やコレステロール値の測定、尿検査などが実施される健康診断は生活習慣病の予防を目的として実施されます。年齢や生活習慣で体は刻々と変化しますので、年に1回は必ず健康診断を受けていただくことをお勧めします。

菊池養生園保健組合では、菊池市と合志市の住民健診を実施しておりますが、今年度のお申込みがよいよスタートします。お手元に申込書が届きましたら、期限までにお早目にお申込みください。また、社会保険にご加入の方の「被扶養者健診」も承っております。お申込み、ご不明な点は下記までお問い合わせください。

	菊池市住民健診	合志市住民健診	被扶養者健診
お申込先 お問合せ	菊池市健康推進課 0968-25-7219	合志市健康ほけん課 096-248-1275	菊池養生園保健組合 0968-38-2820

お問い合わせ先：菊池養生園（0968-38-2820）※お気軽におたずねください