

## 「所労」の諸相

曾 我 良 成

はじめに

医療技術の進歩した現代においても、病気は我々を悩ます問題である。これが、昔の人々となると、その恐怖たるや想像に難くない。平安から鎌倉時代にかけての人々が、各種の病気を「所労」という用語で表記し、その病気に対して奮闘し、対処している様子が、現在残されている古記録からうかがうことができる。

「所労」というのは、語感からは想像しにくい<sup>1)</sup>が、体調不良とか病気を表現する独特の用語である。『日本国語大辞典』(小学館)には、「①わずらい。病気。」②つかれ。疲労。」の二つの意味が載せられている。また、すでに清水貴子氏が『御堂関白記』や『小右記』の病気やケガに関する表現について検討されている<sup>2)</sup>が、古記録の用語や用法など国語学的な観点からの研究であり、その実態については触れられていない。そこで、本稿では「所労」の具体的な実態を浮かび上げさせることにしたい。

『水左記』承暦元(一〇七七)年閏十二月九日条には、次のように記されている。

早旦臂加灸治(三草)、(中略)時剋推移、此間医師忠康来、令見臂、入夜參南殿、日者依所労不參、今日參也、

この日、『水左記』の記主である源俊房は久しぶりに南殿すなわち紫宸殿に参上した。日頃、「所労」によって参上していなかったという。このときの俊房の「所労」とは、医師の診察を受けていることからわかるように、たんなる疲労というのではなく病気としての所労である。その状態としては、医師である丹波忠康に診察を受けている臂(Ⅱ肘)の不調であり、早朝の灸治もこのことによるものである。臂の「所労」は先月の廿七日から始まったらしい。『水左記』から関係部分を抄出しておく。

一日

雪飄々、寅剋許出山房、已終入京洛、須過今明日歸畢也、而從去廿七日左方臂腫、心神乖例、仍為加療治、不滿七箇日所歸向也、即令見雅忠朝臣之處、雖無殊畏、可歴日者之由所示也、又云、煎冷柳蓮葉等常可沃之、可付黃牛糞、

二日、

辰刻許齊覺僧都入坐、乍臥対面、言談移時、臂腫様無殊増減、

無間断以薬湯沃之、依此「一」所々被訪、又依訪来人々

不違勝計、

三日

臂腫無増減、依訪来僧俗不違委、薬院使忠康来、

廿七日にできはじめた左臂の腫物により俊房は予定より早く比叡山を下山し、閏十二月一日に医師である丹波雅忠の診察を受けた。「雖無殊畏」、特に心配するほどではないが、「可歴日者」（治るまで日数がかかるであろう）との診断であった。「柳蓮葉」を煎じ冷ましたものを常に患部にかけることと、「黄牛糞」をつけるようにと、治療の指示があった。俊房は、常に薬湯をかけよとの指本を守っていたようで、二日の記事にも「無間断以薬湯沃之」とある。しばらくは「臂腫様無殊増減」・「臂腫無増減」とあるように、症状は続いていたようであるが、一週間ほどたった前掲九日の条に南殿に参上の記事があるところから見て、「心神乖例」といった当初の症状はだいぶ緩和されたのではないかと思われる。その間も、丹波雅忠はときおり息子の忠康を俊房邸にさし向け経過を見ていたようである。

さて、今示したのは左臂の腫れ物を「所労」と記した例であるが、このほかどのような症状を貴族たちは「所労」と呼んでいたのであろうか、いくつかの実例を示すことにしたい。

## 1、部位別「所労」

(1) 皮膚の「所労」……二禁

二禁は貴族の日記にしばしば見受けられ、場合によっては死に至る皮膚病である。実例を示そう。

今日依少二禁不出行、(中略) 今日被開門、余須参也、雖然依所  
 労不参、 (『殿曆』永久二(一一一四)年七月十八日条)

今日院最勝講有番論義事云々、二禁有小増氣、所労之由内々申  
 院、 (『猪隈関白記』承元四(一一二〇)年五月五日条)

『殿曆』の記主藤原忠実の「所労」も、『猪隈関白記』の記主藤原家実の「所労」も、ともにその原因は、二禁であった。二禁とは『倭名抄』に「邇岐美 小癩也」とあるが、『兵範記』仁平三(一一五三)年十二月廿三日条に「二禁の勢、柑子の如し」とあるように、けして小さなものばかりを指すのではなく、服部敏良氏の指摘<sup>2)</sup>によれば、今日一般に言われる大小の「おでき」と考えられている。さらに、毒性が強まり敗血症のごとき症状となつて、死亡するものも多く、ことに糖尿病に併発するときには、放置すれば重症となり死亡するに至ることが指摘されている。

二禁の治療法については、やはり服部氏が、『春記』永承七年(一一〇五)年七月一日の後冷泉天皇、『玉葉』承安二(一一七二)年九月廿日条の高倉天皇の二禁の治療の記述から、「まず藍・大黃・麦門冬などをすって塗り、冷水で冷やし、ついで灸治を行う。もし化膿

すれば、蛭飼あるいは針で排膿を図るのが一般的」とされている。

ここでは、服部氏が考察を加えておられない『吉記』に見える建春門院の場合を例として示そう。『吉記』安元二（一一七六）年六月九日条に「女院御二禁、令付大黃給云々、上下之歎、何事如之哉」とあり、このときからしばらく経過の記述がある。

十一日

美濃守参女院、帰来云、御二禁両三所令出給、或付大黃、或及御針云々、

十三日

女院御腫物頗有御増、仍召医師等（知康法印、施薬院使憲基、諸陵頭貞説、侍医頼基、采女正貞経）有評定、可有御灸治之由、憲基・頼基等令申、典薬頭定成日来奉療治、三人申状已以同前、知康法師不申切、貞説父子放狂言云々、次召在憲泰親等、被卜御灸吉凶（其趣可尋）、次定成奉灸之（御腫物上一所、百草云々）、日来定成之外、不被召他医、不及左右歎、

十七日

女院御惱今朝又令見出二禁給、御背云々、

廿七日

参・院、可被加御針、今日明日何日可宜乎、被行御卜、

建春門院の二禁の部位は「腋」であった。当初は、典薬頭和氣定成から、大黃が処方されていたようである。十一日には、針を打つ必要も検討されている。十三日になると、丹波知康、丹波憲基、和氣貞説、

丹波頼基、和氣貞経といった当時の医療界の中心人物たちが招集され、治療についての評定があった。丹波憲基と頼基は灸治が必要であると意見を述べ、日頃治療に当たっている和氣定成も、これを支持した。丹波知康は結論を出さず、和氣貞説・貞経父子は「狂言」を放ったということである。他の場面ではそれなりの成果を上げている和氣貞説であるので、全くとんでもないことを言ったとは考えられない。そもそも伝聞情報による記述であるので、おそらく、皇室の一員である建春門院に対して、当時の常識からは外れた治療法を提言したことが、周囲の人々に「狂言」と受け取られてしまったものと思われるが、確証はない。結局、日頃診察を行っている定成以外を建春門院が近づけなかったようで、彼が灸治を行っている。しかし、効果はあまりなかったのか、十七日になると二禁は腋から背中へ広がってきた。排膿の必要が生じたのか、廿七日には針治療が検討されるようになってきた。

大黃の塗布↓灸治↓針と、冷水による罌水法がないだけで、基本的には服部氏指摘の通りの治療法が行われている。

藤原宗忠の日記『中右記』の承徳二（一一〇九八）年六月の条には彼自身が二禁に罹ったときのことの記録されている。

六日 候女房陪膳、未時許腰下見付二禁、已驚退出之後、令見名

医之処、頗以更発、早可射水者、仍朝夕射水、重厄之歳有如此所惱、甚以所懼也、

八日 始小祈於祇園宝前、令転読大般若经（僧六口）、且為果往年之願、且為所劳平癒也、

九日 從今日二禁頗有減氣、仍時々射水、

十四日 今日依医家説止二禁射水、祇園読経結願了、

廿二日 所勞之後白地參一条殿、晩頭帰、

六月六日に二禁を腰の下部に発見した宗忠は、早速内裏を退き名医の診察を受け「射水」すべしとの処置を指示され、朝夕「射水」を行っている。八日には所勞の平癒を祇園に祈るなどしていたが、九日になって「二禁頗有減氣」とあるように症状が落ち着いてきたために、朝夕の「射水」を「時々」にして回数を減らしている。奇しくも祇園の読経結願の日、医師の指示により「射水」を止めることとなった。

その後も慎重に療養していたのか、ときおり一条殿に参ることはあったが、正式に公務として参仕するのは「所勞之後初出仕（從去月六日勞座也）」（七月六日条）とある様に、発症の一ヶ月後のことであった。

宗忠の場合は、発症から平癒まで八日間と軽症であったためか、大黃の塗布や灸治・鍼は行われず、「射水」のみの治療であった。しかし、平癒後、半月もの間、参仕しなかったことは、宗忠がいかに二禁を恐れていたかを物語っているといえよう。服部氏の指摘の様に二禁が死に至る事例もあり、この恐怖はひとり宗忠だけのものでは無く、当時の人々一般のものだと言って良い様である。

## (2) 足の「所勞」

足の「所勞」によって公務を欠席する記述が多いのは『殿曆』である。記主藤原忠実は長治二（一一〇五）年頃から「戌時許参内、頃之退出、依足所勞退出也」（長治二年六月廿三日条）などあるように

足の「所勞」を記録し始め、天永三（一一二二）年にも「有御前試事、余候御前、足所勞猶不快、仍未了以前退出」（十一月十三日条）「此兩三日有足所勞」（十一月十五日条）、永久三（一一二五）年には「不出行、依足所勞也」（八月一日条）と見える。さらに永久五（一一二七）年は、五月五・十四・十七・十八・十九日、七月十五・十八・廿九日、八月八日、十二月六・七・廿五日と五月から年末まで「足所勞」によって「不出行」という記事が続いている。

足は外出に直結する部位だけに足の「所勞」による公務の欠勤は他にも見えている。たとえば、『権記』長徳四（九九八）年九月廿三日条には、

頭中将被示云、右大将表可返進之由奉勅已了、須早詣彼殿也、兩日者脚下聊有所勞、不能着襪、為之如何、若差地下中少將進之如何、とあり、頭中将は「脚下」に「所勞」があるので代理を送ろうかという話になっている。

『小右記』長和四（一一一五）年七月七日条には、

左相府足更不快、猶不被踏立、久起居太苦、仍多以被臥、進退惟谷、左相府所被勞之足殊細、身尻等肉已無、暫居尻太痛、仍不能久居、忽不可踏立、猶似有惱氣云々、右衛門督所示送也、昨参謁所見云々

左大臣が足の「勞」によって、立つこともままならず寝込まざるを得

ない状態であり、下半身が痩せてしまっている状況が語られている。

『中右記』保安四（一一三）年二月十九日条には

御即位也、辰刻参内、右府内府以下両三人被参仕也、頭弁来招予、

伝殿下命云、今日内弁太政大臣也、今朝先参内可被奏宣命也、而

今俄所劳出来不能出仕之由所被申已、依為大事殿申院了、但被尋

例之処、去応徳三年堀河院御即位日、内弁内大臣、後一条殿、御

足所劳不参内給、相扶参八省被奏宣命也、准被例於八省被奏如何、

予申云、応徳之例已為吉例、於八省被奏何事候口、

とある。このときの即位の儀の内弁太政大臣源雅実が俄の所劳で参内できなくなったことへの対応として、応徳三（一〇八六）年の堀河天皇即位の際の先例が持ち出されてきている。すなわち後二条殿藤原師通が足の所劳によって参内せずに八省院で宣命を奏した前例である。内裏には不参で、八省院ならば可能であるというのは徒歩で歩く距離の違いによるものであろうか。

また、『中右記』元永元（一一一八）年三月十九日条には

又今年相当凶年、仍可行非常敏、但触伊勢太神宮并八幡宮訴者非

免限、予問、依何年例可行載、藏人弁答云、此事本不奉也、頭弁

被沙汰也、俄有足所劳不能行歩間、依頭弁被下知許也、

とあり、真偽の程はわからないが、頭弁が俄に足の所劳によって歩行できなくなったために藏人弁が公務を交替して行っている様子が記る

されている。このように、足の所劳は、移動に障害となることが明白なため、公務を忌避しやすい理由になっていたものと思われる。

このような足の「所劳」の治療についてとくに語られてはいないが、

他の病気同様に鍼灸の措置は施されたであろうし、後述するような湯

治もおなわられたものと思われる。また、『殿曆』永久五（一一一七）

年六月廿九日条には「余依灸治足所劳不参、（中略）但依灸治足無術

不参也」とあり、灸治もなされていたことがわかる。

このほか、「所劳脚病」〔小右記〕長元元（一一〇二）年八月三日条

のように、足を「脚」として所劳を記す場合もある。

### （3）手の「所劳」

『中右記』長承三（一一三四）年閏十二月十五日条に「民部卿被示云、連日手所劳不組取管文」などあるように、足に「所劳」があるのであれば、当然手の「所劳」も考えられるのだが、意外とその記述は少ない。この他のわずかな記録としては、『古今著聞集』の「三〇六 宇治内大臣頼長師恩を重んずる事」に次のような話がおさめられている。

後白河院在藩の御時、保延五年十二月廿七日、待賢門院の御所、

三條殿にて御元服ありけり。仙院も御座ありけり。左大臣ぞ加冠

はし給ける。御遊の笙の事、内大臣に仰られけるに、去四日春宮

大夫師頼卿うせられにしに、いく程もなく、笙を吹ん事憚あり

とて、手に所劳の由を申されて、吹給はざりけり。漢書説は近代

よみ傳たる人まれに侍に、彼大夫江家の説をつたへられたりけれ

ば、内府習給けり。師をおもんずる禮、いみじくぞ侍る。

この場合は、本当に手に何かしら病気やケガがあったということではなく、笙を吹かないための口実として手の所労が使われているのだが、そのようなことが口実として通用するほど手の所労も一般的であったことがわかる。手の場合は足や腰など他の部位とは異なり、それによって公事を欠席するなどの必然性が乏しいため、現実にはいろいろな症状が出ていたが、記録されにくかったものと考えられる。

#### (4) 腹の「所労」

急な腹痛や下痢は私たち現代人も身近な病気である。『民経記』寛喜元(一一二九)年六月十九日条に「定通卿示送云、去比依腹痛所労服薬事候」とあり、「腹痛」により服薬していることがわかる。「腹痛」とだけしか記述されていないので、その実体は不明である。

このほか、下痢も腹痛に加えて考えて良いのであれば、以下の例を示すことが出来る。

行経所労痢病未平損、可難候出居

〔『小右記』万寿四(一一二七)年七月廿二日条〕

終日障居、所労是痢病也、未平愈、仍不出仕也、自内有召、然而

不参入、〔『春記』長久二(一一〇四)年二月三日条〕

予即退出、所労痢病頗宜

〔『春記』長曆三(一一〇三九)年十一月七日条〕

依山座主事、従右大臣殿有召、而従一昨日有小所労、不能参入(痢

病也) 〔『中右記』康和四(一一〇二)年三月廿九日条〕

依痢病所労火急 〔『民経記』安貞元(一一二七)年七月廿七日条〕

いずれも下痢を所労と称しているものである。しばしば下痢を起している現代人の目から見ると、腹痛や下痢の記述は「禁や足・腰の所労と比べ、驚くほど少ない。胃腸が丈夫であったのか、神経性の下痢などを起こさなくて良かったのか、定かではない。

#### (5) 腰の「所労」

「足腰が弱る」などと、足と並んで老化現象が出やすいとされる部分が腰である。記録類には腰の「所労」の記述をいくつか見ることが出来る。

まず、『殿暦』の永久四(一一一六)年四月五日条には「今日不出向、依腰所労也」、同六日条には「今日神事也、終日沐浴、依腰所労也」などとあり腰の不調を訴えているが、『殿暦』の記主藤原忠実はこの年まだ三九才(『公卿補任』)であり、老化現象としての腰痛ではない様である。

また、『民経記』寛喜三(一一三二)年五月七日条にも「可申之趣如此、可持参候之処、腰所労無術候之間、且令申候也」とあり、腰の所労に悩まされていたことがわかる。

#### (6) 齒の「所労」

事例は少ないが、齒の所労の記事もある。『猪隈関白記』安貞二(一一二八)年十一月十七日条には「齒いたくて右面頗腫、召施薬院

使頼季(丹波朝臣令見之、此所勞若此齒故歟之由令申之、加療治」とあり、原因はわからないが齒の痛みによって右の顔が腫れ上がっている様子が記されている。このほか、『春記』長久元(一〇四〇)年十二月廿日条には「已剋許參閔白殿、令申右府御返事、命云、所勞之齒頗宜」とあり、この場合は歯痛(?)はおさまっている様である。

### (7) 目の「所勞」

目の所勞についても、数は少ないが事例が検出できた。『中右記』元永元(一一一八)年正月十六日条には「除月初夜也・仍戌剋許參内、先參殿下御宜慶、只今令參給也、中人々所望事、殿下被仰云、此一兩日目之所勞出来」とあり殿下藤原忠実が一兩日目の不調を訴えていたことがわかる。また、『中右記』永長元(一〇九六)年八月二日条には「入夜江中納言被申送云、日者目有所勞、而相扶欲參入処甚以辛苦、早可申此旨者、則參殿下、付経敏申此旨、仰云、已為急事、早奏事由可催他上卿」とあり、中納言大江匡房が目の所勞の辛苦によって、上卿を交替していることが記されている。このほか、『中右記』大治二(一一二七)年四月九日条に「依目所勞不參問也」、『同』長承二(一一三三)年八月廿一日条に「右少弁顯業目所勞不出仕也」などとあり、文書の閲覽を伴う政務の場合、眼病や目の不調は致命的であった様である。

### (8) その他の「所勞」

この他にも、「忽称胸所勞更発」(『愚昧記』仁安三(一一六八)年十一月廿日条)、「胸所勞更発」(『民経記』貞永元(一一三三)年二月

断簡)とある様に胸、「依所勞膝難堪」(『御堂閔白記』寛仁三(一一一九)年三月十四日条)とある様に膝などの部位も所勞が発している。また、「有所勞(痔病)」(『小右記』寛仁四(一一二〇)年十二月廿七日条)とある様に痔、「所勞、是寸白也」(『春記』長久元(一一二八)年十二月十日条)とある様に寸白、などのような病名を指す所勞もあった。また、「雜熱所勞」(『民経記』安貞元(一一二七)年六月十五日条)とあるように、症状を指す所勞もあった。

この他、『古記』安元二(一一七〇)年五月廿九日条には「朝女房所勞今日更発、仍令修泰山府君祭、在憲朝臣勤修之、又行招魂祭、所勞のために泰山府君祭や招魂祭が行われている。所勞の原因がはっきりしない場合には、『同』六月四日条に「女房所勞更発、旁以為奇、招權曆博士憲定令占之処、鬼靈之上、艮神成崇云々」とあるように、「鬼靈」や「祟り」として理由付けをするしかなかったような事例も残されている。

以上見てきた様に、「所勞」とは体のほとんど全ての部位にわたって使用される用語であったことがわかった。

## 2、「所勞」の治療

所勞が体全般にわたる以上、その治療法もほとんど当時の医学の治療法を網羅したものとなるが、主なものを示しておく。

(1) 生薬療法

『春記』長久元(一〇二八)年十二月二日条に「所勞猶不得平復、以生栗治之、以湯令洗足下也」とあるように、「生栗」などの生薬を以って(この場合は「生薬」の誤りかもしれないが)その治療に当たつた方法が一般的であった。具体的には、もちろんその症状にもよるが、『小右記』正暦四(九九三)年五月廿四日条に、

昨日明早已講示送云、日来有所勞、(生)薑煎・阿梨勒丸等合合藥、可馳送者、仍生薑煎令作、今朝付廻下送也、至阿梨勒丸、無牽牛子不能候<sup>(昨々)</sup>之由、自典藥頭許示送之、

とあるように、「生薑煎」や「阿梨勒丸<sup>(3)</sup>」が用いられている。

また、「資房今日服韭、似有驗、所勞頗者」(『小右記』万寿二(一〇二五)年八月廿三日条)とある韭・蒜の服用例も多い。また先に二禁の治療法でも触れたが「煎冷柳蓮葉等常可沃之、可付黃牛糞」(『水左記』承暦元(一〇七七)年閏十二月一日条)とある「柳蓮葉」や「黃牛糞」、「今朝所勞頗有減氣、是桃皮湯之驗歟」(『水佐記』永保元(一〇八一)年十月一日条)とある「桃皮湯」などが症状にに応じて「所勞」のための薬として用いられていた様である。

(2) 温泉療法

温泉療法すなわち湯治は現在でも普及している治療法である。当時、病気の治療のため温泉に入ることは「為治身病明日向有馬温泉(撰津)」(『小右記』寛仁三(一〇一九)年二月十五日条)とある様に一般的

であった。

当然、「所勞」の治療のためにも当時は行われていた。<sup>(5)</sup>『中右記』天永三(一一二二)年九月廿八日条には「退歸之次、行向少將許、是依所勞明且為浴温湯可行向遠所也」とあり、所勞の治療のため遠所の温泉に出かけていく様子が記されている。また、『民経記』寛喜三(一一三二)年十月六日条には「被仰、一大外記師兼依所勞下向温泉事、所勞云々」とあり、大外記中原師兼が所勞の治療のため温泉に出かけることが記されている。<sup>(6)</sup>

(3) 鍼灸療法

先に二禁の治療法のなかで、鍼と灸の治療法があったことは述べたが、両者の内、灸の方が遙かに一般的で、鍼の例は少ない。

灸治の例としては、

弁家経(藤原)当行事巡、而有所勞灸治、不堪出仕者、

『小右記』長元四(一〇三二)年八月一日条  
依御物忌無御對面云々、足所勞灸治之間不能出仕、

『殿曆』永久五(一一二五)年五月廿九日条  
余依灸治足所勞不參、……但依灸治足無術不參也、

『殿曆』永久五年八月廿九日条  
今日有灸治事、(項一所、背両所、腹両所)針博士康氏(丹波)勤

之、所勞頗更發、仍有此事、  
『猪隈関白記』建仁二(一一二二)年四月廿日条

などの記述がある。このように灸治は所労の治療法として頻繁に用いられていたことがわかる。しかし、鍼が所労の治療に用いられたことを示す史料は少なく、『猪隈関白記』建仁三(一一〇三)年三月廿七日条に

有御幸、下官依口所労不參、其由示頭弁長房朝臣許(略)、口所  
 労猶無術、以医博士長基(丹波)令針、

とあるものしか例が見出せなかった。

#### (4) 蛭療法

蛭に膿や悪血を吸わせる治療法はしばしば用いられていたが、これが所労の治療としても用いられていたことは、『御堂関白記』長和五(一一一六)年三月廿六日条に

《蛭喰》所労方蛭喰足、

とあることからわかる。症状を詳しく知ることが出来ないため、膿を吸い出すためののか、悪血を除去するためのなのか、目的は不明である。

#### 「おわりにかえて……展望と課題」

以上、平安から鎌倉期にかけての古記録に記述される「所労」とその治療法について、具体的に検討を加えてきた。その結果、ほとんど

体の全ての部分についての病気、或いは原因が不明で何かの祟りであるとか考えられないような体調不良まで「所労」と表記されていることがわかった。

しかし、記録を詳細に検討してみると、たとえば「聊有所思慮、称所労不參」(『小右記』長和三(一一〇一四)年三月五日条)、「然而所労猶不快、仍不可供奉之由令故露畢、実平愈、而暫為休息不出仕也」(『春記』長曆一(一一〇三八)年十月十九日)などのように、実は病気ではない、或いは治っているにもかかわらず「所労」と称して「公務などを欠席する、つまりいわゆる仮病の「所労」も数多く存在する。それがあまり咎められておらず、診断書のような証明書の提出も求められていない。当時の貴族社会は、その点、非常にゆるやかであったと言っている。次稿では、この点について検討を加えたい。

#### 註

(1) 清水貴子『平安後期公卿日記の日本語学的研究』(翰林書房)第四章第2節『御堂関白記』における「病氣」・「怪我」に関する表現、同第5節『小右記』における「病氣」・「怪我」に関する表現。とくに第2節においては、「注意される表現の類型」として「有所惱」と「有所労」をとりあげており、「両者の用法に差は見られない」と結論されている。また、記主藤原道長は「用例数から見ても「有所労」の方を「有所惱」よりも好んで用いたと考えられる」とされている。

(2) 服部敏良『王朝貴族の病状診断』(吉川弘文館)

(3) 呵梨勒丸については「今日服呵梨勒丸、数度瀉、已有其驗」(『小右記』永延元年六月十一日条)、「前日服呵梨勒丸之後所労已平損」(『小右記』同

十四日条) などのように、下劑として比較的頻繁に服用されていたようであり、その数も「廿」(『小右記』治安三年十一月廿一日条)、「三十九」(『小右記』正暦四年四月十八日条)、「六十」(『小右記』治安三年七月四日条)と症状に応じて増減されていた。

(4) 「今日依所勞服蒜」(『殿曆』長治元年五月廿七日条) など。「從今日主上服蒜御也」(『中右記』嘉保元年六月廿日条) とあるように、天皇も服用していた。

(5) たとえば、「仍罷出為加湯治也、去夜所勞此寅時頗宜氣侍也」(『殿曆』康和五年正月廿九日条)、「風病發動可被湯治」(『後一条師通記』寛治六年十一月七日条) などのようにしばしば用いられた療法であった。また、「此間主上御湯治」(『殿曆』長治二年十月十日条) のように天皇も行っている。

(6) 温泉に出かけていく湯治の他に、「余口内ニ喰蛭、又脛加湯治」(『殿曆』嘉承二年五月廿八日条) のように、部分的にお湯をかけるような湯治もあった。記録中、外出の記述が無く行われている「湯治」は後者の場合であったと考えられる。