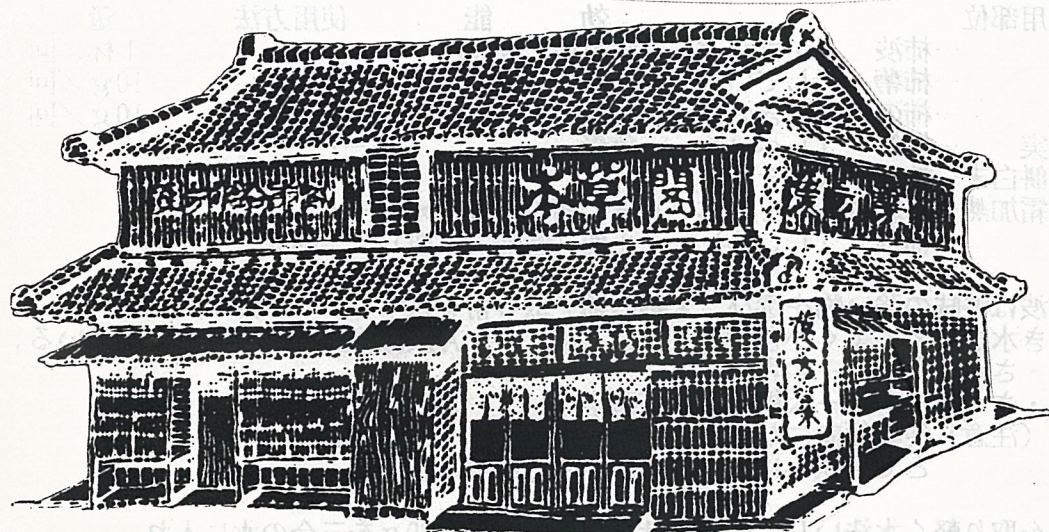


平成5年11月15日発行
 (毎月1回・15日発行)
 〒名古屋市中区千代田5-21-17
 漢方の本草閣内
 「本草閣かわら版」編集部
 TEL 052-241-3388
 FAX 052-251-3294

創刊号

本草閣 かわら版



名古屋・鶴舞



漢方の本草閣

シリーズ

◆よく使われる民間薬

◆漢方薬と民間薬のちがい

病気がなるのはなぜ？
 舌が白く厚くなるのは、
 胃が弱く、消化が悪いから。
 舌が赤く乾くのは、
 熱があるから。
 舌が黄緑色になるのは、
 消化不良や便秘があるから。
 舌が紫黒になるのは、
 心臓や血管の病気が
 あるから。
 舌が白く乾くのは、
 熱があるから。
 舌が黄緑色になるのは、
 消化不良や便秘があるから。
 舌が紫黒になるのは、
 心臓や血管の病気が
 あるから。

日本実業出版社
 からだ雑学事典より

商品紹介

本草の健康食品 (お茶)

かき葉	5g × 48包	1,200円
くこ葉	5g × 24包	680円
はとむぎ	12g × 36包	1,200円
はぶ茶	10g × 70包	1,200円
どくだみ茶	5g × 36包	800円
健康茶	15g × 20包	1,000円

など品数豊富にそろっています。 お買い求めは本草閣薬局へどうぞ...



今月の主な行事 (11月20日～12月20日)

◎新潟市薬局漢方研究会
 11月16日(火)
 午後1時～3時30分
 講師 早川 浩次

◎本草閣ささやか文化祭「恵比寿講」
 11月22日(月)
 午前10時～午後6時
 本草閣薬局前

◎漢方講演会
 11月22日(月)
 午後1時30分～3時
 中日文化センター (有料)
 講師 浮亀 浩
 「予防医学からみた漢方薬と民間薬」

◎漢方講演会
 12月8日(水)
 午前10時～11時30分
 江南市民文化会館 婦人学級
 講師 林 馨史朗
 「予防医学からみた漢方薬」

＝編集後記＝

天高く秋も深まってまいりましたが、皆さんはどんな秋をお過ごしでしょうか？
 スポーツの秋・読書の秋・芸術の秋 などなど・・・
 私はもっぱら食欲の秋であります。 まわりのスタッフから太ったと言われ
 ”明日からダイエット”と思う今日この頃です！？

創刊にあたって

私も45才という年齢になり、人生のド真ん中で生活して、いると感じる様になりました。私は小さい頃、45才と言えは完全な「おじさん」だと思っ
ていました。
その「おじさん」に自分な
って、親父や昔の先輩方々の様
に菓と立派に後輩を指導してい
るか？と自分に問いかけた時、
まったく何もしていけない、
逆に若い人達から教わる事が
多い、と気づいたのでです。
これでは遺憾と思ひ今まで少
々漢方に携わって来た事を、
（本草閣から版）と銘打って
月一回漢方薬、民間薬、食事、
健康、医療、日本の文化：等を
多くの漢方を理解したいと考
え、おられる方々に伝えるべく努
力をしていきたいと思ひます。
今後とも相変わらぬご厚誼
のほど賜りますよう、又末永い
お付き合ひをお願い致します。

名古屋 鶴舞
漢方の本草閣 林 馨史朗

◆ちょっとひと息◆

材料
にんじんのクッキー (15個分)
バター 80g 薄力粉 100g
50g 砂糖 40g 卵 1/2
バナラエッセンス 少々

- ① にんじんは皮をむいてすりおろし、軽く水気をきっておく。
- ② ボウルにバターを入れて泡立て器でクリーム状に練り、砂糖、卵、バナラエッセンスの順に加え混ぜます。
- ③ 薄力粉をふり入れ、木じゃくしでさつと混ぜ合わせラップ材などで覆い冷蔵庫で30分ほど冷やします。
- ④ 打ち粉をふった台にクッキー種を置いてめん棒で5mmの厚さにし、型抜きします
- ⑤ 天板に並べ170度のオーブンで15分、20分間焼きます。



♡ にんじん ♡
にんじんはセリ科の植物で、セリ、ミツバ、セロリ、パセリと同じ仲間です。
葉の形がみんなどことなく似ているでしょ？
このにんじんの葉には根の二倍以上もビタミンAが含まれています。
香りが強く食べにくいので、あまり利用されていませんが、ゆがいてくさみを抜き、ごまあえにしたり、いため煮にして食べると美味！

よく使われる民間薬 その1

植物名・科名・種類	使用部位	効能	使用方法	量
柿	柿渋	脳溢血・高血圧	煎じ	1杯/回
柿	柿蒂	しゃっくり	煎じ	10g/回
柿	柿の葉	高血圧・血管強化	煎じ	10g/回
柿	柿餅	魚毒	食	
柿	柿霜	喉の痛み・咳止め	煎じ	
柿	柿霜餅	止血 (吐血・下血)	煎じ	
柿	柿根			

柿渋A 柿渋は渋味の強い物を選び、未熟の柿を取り蒂をはずし、すり鉢に入れ砕き水を加えてよくかき混ぜビンに入れ、一ヵ月放置後上澄みを薬として用いる。
イ・さかずき一杯+牛乳
ロ・さかずき一杯+大根おろし茶碗半分 一日三回食前
(注意) 便秘傾向になり易いので、必要に応じて対処。
とても飲みにくい、冷服すると飲みやすい。

柿蒂 蒂を取り軽く水洗いして乾燥させておく 一日量30gを三合の水に入れゆっくり煎じて一合半にする 三回に分けて食前に服用。
飲みにくい為、ひねしょうが少々と一緒に煎じると飲みやすい。

柿の葉 成葉となる少し前に採取し、蒸気で2分程蒸し、日陰でよく乾かし保存。
一日量10gを軽く煎じ(水より15分位) 食前、食後関係なく、お茶代わりに服用のこと。冷、温でも可。動脈硬化、ビタミンC補給。

他の民間薬と一緒に(例)
* 柿類で便秘になる人 決明子(ハブ茶) 10g~20gを煎じ服用。
* 高血圧 柿の葉+棕櫚の実+桑白皮+十葉(ドクダミ)

- 【参考】
1. 柿渋は薬用以外に、防腐剤、防水剤として木、紙、布に用いられる。
 2. 渋柿を甘くする為、昔からアルコールで渋抜きされる。
 3. 柿は冷やす作用が有る為、酔い醒ましとして用いられる。
 4. 柿の原産地・中国揚子江沿岸
 5. 岐阜の富有、静岡の次郎、富山の水島が有名



民間薬と漢方薬の違い

どちらと同じ薬草では、と思われれる人がいるかもしれません。
確かに一般にはあまり区別されていないようですが、専門的には大きな違いがあります。
漢方薬と民間薬との違いの最も大きなものはこの使い方、同じ材料でも漢方医学的に使うか？が根本問題になるのです。
まず漢方薬について説明します。
漢方医学は「証」による治療であるとわかっていて、
つまり、病名がわからなくても患者さんにあらわれている様々な症状を見て「証」を決定します。
「証」とは、「証拠」あるいは「あかし」という意味です。
患者さんは、病気の証拠をもってきます。
この証拠を患者さんの訴える自覚症状や、体形、体質、顔色などにより決定してゆきます。
証が決まれば病名がわからなくても治療は決定できます。
この治療薬を漢方薬といえます。
もう少し分かりやすく説明しますと、中国の思想に医食同源という考えがあります。
病気になるということは、五臓六腑が弱って正しい働きをしなくなったためだという考えから食事によって、その弱ったそれぞれの五臓六腑の働きを強めて正常化しようとするわけです。

漢方薬は、これらの食品を単独で用いるのではなく病気の原因に基づいて合理的に配合して互いの薬理作用を高める様に作られた処方薬をいいます。
例えば、風邪のひき初めに使われる葛根湯は漢方薬です。
次に民間薬について説明します。
民間薬には、漢方薬の様な書物はなく昔からの言い伝えによって一般大衆が、自分自身で適用しようという薬なので材料が身近にあり、又、漢方薬のようにそれぞれを証に断る必要はほとんどありません。
診断学の無い民間療法はいまあたりばかりで、原則として「効くかもしれないから飲んでみよう 効かなければやめよう」というわけですので、ほとんどすべての民間薬は作用が緩和で無害なものが多くあります。
民間薬には、げんのしょうこ、どくだみ、けつめいしなどがあります。
このように漢方薬では、治療的意味あいが強いのに対して、民間薬は予防的意味あいが強いようです。

創元社 「漢方薬と民間薬」
西山 英雄著
ミヤケ出版 「東洋医学全書」 より