

漢方薬における 水 について

日本各地で、水不足・渇水が大きな問題になっていますが、皆様におかれましては如何でしょうか！

昨年の冷夏による米不足につづき、今年の水不足・・・何かしら、天（神様）が我々に「米・水」の大切さを知らしめているのではないかと、私は考えます。来年は何が起きるのか今から心配しています。

この機会に改めて、漢方薬における「水」について調べてみました。

古書（本草綱目）水部五巻では、水を「天水類」「地水類」に大別したうえで、更に「天水類」を13種類、「地水類」を30種類に分類しています。

〔例〕

<天水類>

雨水・潦水・露水・甘露・甘露蜜・明水・冬霜
臘雪・雹・夏冰・神水・半天河・屋漏水

<地水類>

流水・井泉水・節気水・醴泉・玉井水・乳穴水
温湯・碧海水・阿井水・山岩泉水・古塚中水
赤龍浴水・熱湯・生熱湯・地漿・漿水・磨刀水
洗手足水・諸水有毒・・・等々

古人は、43種類に分類した「水」を、それぞれの性質・効能・効果を確認、様々な病に応じた使い分けを行っていたと思われる。

私自身もこの機会に「水」について勉強をし、今一度、全ての生命体にとって最も重要な「水」の大切さを真剣に考えたいと思います。

〔文責 林 譽史朗〕

<編集後記>

「水」とは、一体何だろう...!

この夏の経験は、多くの方々に「水」というテーマをもたらすものとなったように思われます。猛暑のうえ、雨が降らず、日々「水不足」の叫ばれなかった日がない—— 厳しい夏でした。

そんな折、今回のかわら版は、「水」をテーマに記事を綴ってまいりました。

「水」=生命の源...。この思いを、常に持ちつづけ、「水」の大切さを更に学んで行きたいと思います。

= 1994年 「夏」 / 猛暑・渇水・忘れません! =

〔かわら版編集部 妻鹿〕

平成6年8月15日発行
(毎月1回・15日刊行)

〒460

名古屋市中区千代田5-21-17

漢方の本草閣内

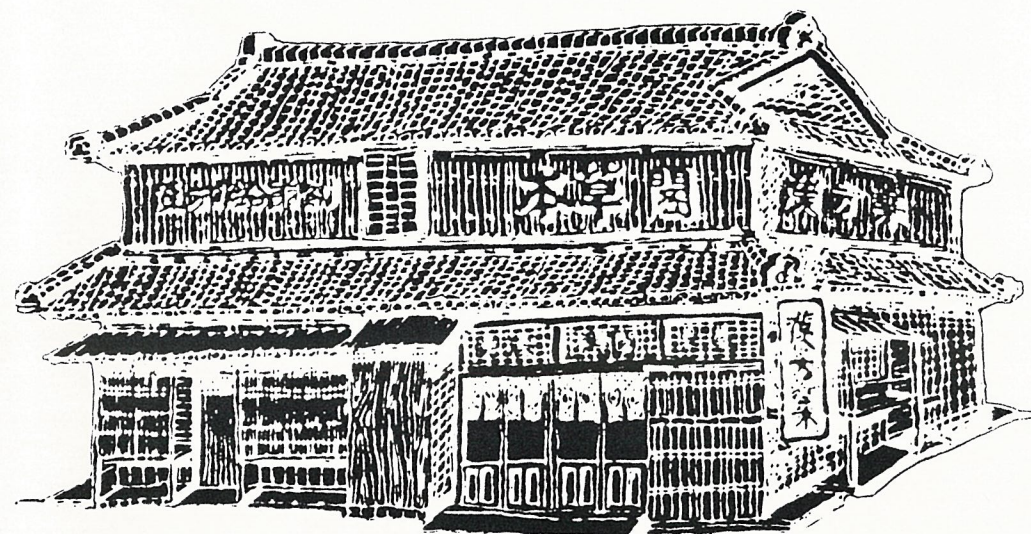
「本草閣かわら版」編集部

TEL: 052-241-3388

FAX: 052-251-3294

第十号

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

良く使われる民間薬 その10

植物名：ウラジロガシ（裏白櫨）

科名：ブナ科

採取：必要時に、葉のみ又は、小枝を含めた葉を集め、細かく切って天日に干し乾燥させる。

効能：胆嚢結石・腎臓結石・尿路結石



〔使用方法〕

細かく刻んだ裏白櫨の葉、約15～20gを1日量として、1ℓの水を加え約15～20分間煎じる。1日数回に分けて、お茶代わりに服用する。症状がひどい時は、1日量50～70g使用しても可。

〔他の民間薬との併用〕

☆腎臓結石、尿路結石・・・裏白櫨+連銭草+金銭草
☆胆嚢結石・・・・・・裏白櫨+熊柳+金銭草
*裏白櫨単一で使用するより、一層の効果がある。



=その他=

○日本固有の民間薬であり、結石形成の予防と結石を溶かす作用がある。
○ウラジロガシから抽出されたエキスは、病院でも使用されている。



〔文責 浮亀 浩〕

□「水分」の代謝を整える民間療法

<小豆>

=腎臓病などによるむくみに=
赤飯などおめでたいときに用いられる小豆は、解毒作用や利尿作用があるため、腎臓病や心臓病によるむくみによいといわれています。

〔用法〕

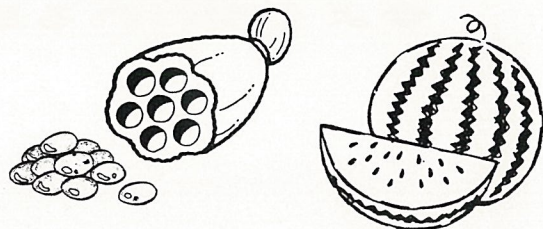
砂糖は使わず、塩も少量にして、小豆がゆ、ゆで小豆などにして常食します。

また、小豆をレンコンと一緒に煮て、しょうゆやみりんを薄味を付けた煮物もよいでしょう。

<スイカ>

=腎臓病のむくみ・膀胱炎に最適=
スイカには、利尿を促進させるカリウムなどの成分がたくさん含まれています。小便の出の悪い人は、夏期スイカを食べるとよいでしょう。

また、夏の出盛りに「スイカ糖」を作っておくと重宝します。



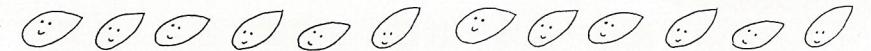
おいしい水・小さい水・H₂O

「名古屋の水は、美味しいね!」と、幾度となく耳にします。私自身も実にそう思っている一人です。又、<おいしい水=健康>といったイメージも多くの方々に共通しているようです。

「水と健康」については、多くの様々な研究がなされています。そこでは「小さい水」というのが注目されています。水は、離合集散をくり返す、いくつかの分子の群れで存在しています。この分子の群れを分子集団（クラスター）といい、それぞれ大きさは異なります。そのクラスターの小さい水というのが調査や研究の題材として取上げられています。漢方薬を通じてなされた研究では、日常クラスターの小さい水を飲む事で、体の代謝機能が向上し、薬の吸収率が高まるといった結果を得ています。

さて、「おいしい水」と「小さい水」との関係も「クラスター」の掛け持ち縁なのではないでしょうか・・・!?

〔文責 妻鹿〕



<今月の行事> (8月16日～9月15日)

★8月22日(月)

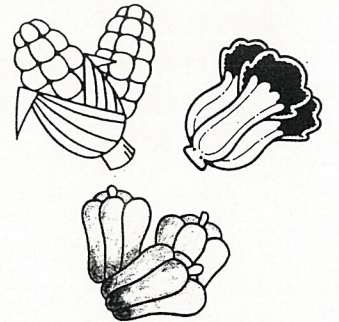
=漢方講演会=
中日文化センター
1:30PM～3:00PM
講師：浮亀 浩

★8月27日(土)

=青空市=
本草閣横駐車場
10:00AM (完売まで)
主催：わかな有限会社

★9月7日(水)

=何でも話そう会=
本草閣薬局
2:00PM～4:00PM
会費：¥500
連絡先：0120-449893



<お知らせ>

来る10月2日(日)、「秋の薬草観察会」を開催いたします。

今回の行き先は、定光寺付近に予定しています。詳細は、次号のかわら版にてお知らせいたします。

お問い合わせ先：(052)241-3388 本草閣薬局内
(担当者：北川)

