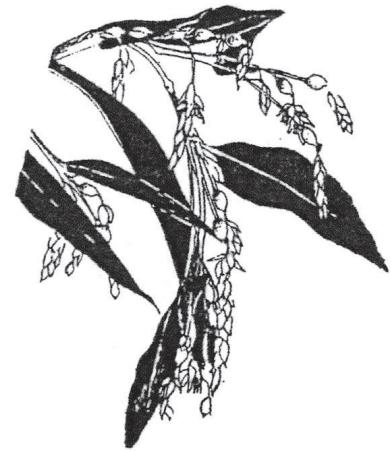


ハトムギ（薏苡仁）

熱帯アジア原産で、古くから日本に渡来し、鳩の食べる麦（鳩麦）に由来。各地に食用、薬用として畑栽培されている。和漢薬ブームと言われている今 日では、その消費量の年間 80 % が輸入されている。高さは 1.5 m 位になるイネ科の一年草。春、種子を蒔いておけば夏から秋に 花穂を出す。10 月頃熟した果 実を採取し、天日乾燥して用い る。実は円形で茶褐色で従筋 がある。外殼（果皮や種皮） を除いた種子（仁）を薏苡仁と いって漢方薬にも用いられている。

ハトムギに似たものにジュズ ダマ（川穀）があるが、数珠玉 で、実の中に穴があつて、ひも を通してじゅずを作つたり、ノ レンのかわりにして子どもの頃 は遊んだものです。各地に野生 している多年草で、実は滑らか 指で圧しても割れない。ハトム ギは一年草で実は縦ジワがあり 指で圧して割れる。ジュズダマ の薬効としては、根を煎じて飲 めば、咳を止め、通經にも効が ある。中国では根を川穀根とい い神經痛、関節リウマチ、肩こ りなどの鎮痛薬として用いられ ている。果実の堅い殻をとり、 その仁を煎じて飲めば色が白く なると言われている。



性扁平ユウゼイ)にとくに効がある。実の外穀をとり去り、中の白いところ10～20gを一日分として、又皮つきのままなら30gを一日分としてよくつぶして煎じて飲む。一ヶ月以上連用することが必要で、煎じかすをよくかんで食べるとなおよく効く。一回の服用量が少なければダメである。慢性でイボが沢山出た時は、親イボに一日3～5壮灸してヨクイニンと併用するといい。ウイルスが熱に弱いためか、イボの上の灸は発育を停止させる。

肺壊疽、筋肉のこり、リウマチ、神経痛によく又、抗腫瘍作用もあるといわれている。
イボ 「イボコロリ」といわれるほど効果がある。イボはウイルスによる伝染性皮膚腫瘍と言われている。病原ウイルスは炎症を起すものと腫瘍を起すものとがあるが、イボウイルスは後者で伝染力が弱い。ヨクイニンの効くイボと効きにくいイボとがある。花咲いたよう

もよいが胃にもたれることがある。
筋肉のこり、リウマチ、神経痛 胃腸が悪いと体内に水分が滞ることがある。そんな体質の人にはストレスがかかり、アレルギー反応を起こし神経痛、リウマチ、筋肉のこりが起ころうことがある。その様な場合に皮去りハトムギ 10~15 g を煎じて飲むとよい。又、これをこまかく碎き米にまぜてかゆんで常食してもよい。からだの筋がこわばつたり、つれたりするのがよくなる。又、尿を通じ、皮膚をよくし、胃腸を強

首から上にできるおできは要注意です。へたにさわると雑菌が入り、悪化しますから、「合谷」を手技しましょう。

「合谷」は、人差し指の骨と親指の骨とが合流する直前、少し人差し指寄りにあります。「合谷」は、大腸經の原穴（十二経路にひとつずつある、とくに重要なツボ）で、顔面、目、鼻、口、歯などに関係の深いツボですから、首から上のできに卓効をあらわします。

合谷

手技療法

皮膚病に

おばあちゃんの知恵

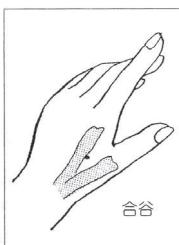
夏の風物であるスイカは、豊臓病によいことは昔から知らわれておりました。スイカには、利尿作用があり、果肉を煮つめたものを「スイカ糖」といい、むくみに効果があります。作り方はよく熟した赤いスイカ二~三個を二つ割りにして、中身を取り出します。この果肉を布袋に入れてしぼり、赤い汁を大鍋にいれでかかります。水分が少なくなるまでかかります。



ら、粘膜に生えている纖毛が粘液にくつづけて痰や咳として外に出そうとします。又、体温を上げることでウイルスや細菌に対抗しようとします。これが私達の体の防衛反応です。ですから、鼻でなく口で息をすると、ウイルスや細菌が直接喉に入り込むわけで、かぜにかかりやすくなると言えます。人間は、鼻で息を

ドクダミに含まれるデカノイルアセトアルデハイドの優れた殺菌効果は、白癬菌（水虫やたむしの原因となるカビの一種）に、たいへん効果的です。

民間療法



「かぜの予防

漢方と調剤

健康に感謝

1

ヤマト楽局

江 北 店

86-2973

杵島郡江北町 ジャスコ前
処方せんは

専用せんでも受付ます。

Digitized by srujanika@gmail.com

薬効

滋養強壯 外鞘をとり去つた実10gを煎じて飲むと滋養強壯の効があり、又皮膚のつやをよくする、粉末にして飲んで

夏の風物であるスイカは、豊臓病によいことは昔から知らわれておりました。スイカには、利尿作用があり、果肉を煮つめたものを「スイカ糖」といい、むくみに効果があります。作り方はよく熟した赤いスイカ二~三個を二つ割りにして、中身を取り出します。この果肉を布袋に入れてしぼり、赤い汁を大鍋にいれでかかります。水分が少なくなるまでかかります。

体の防衛機能を妨げたま
せにかかるから、自分
のように、十分に栄養と
休息を取る。
して、一番は、日頃か
バランスの良い食事をと
て免疫機能を高めてお
うことです。

養正会藥局 藥剤