

ゲンノシヨウコ



日本各地の山野や道の近くに、ふつうに見られるフウロウソウ科の多年草。下痢止めの特効薬と言われているが、効果は実に広く、赤痢、腸カタル、食傷、リン病、子宮内膜炎、便秘等によく、万病の霊薬として賞賛されている。

ゲンノシヨウコという名称は薬効からきた名で、この草の乾燥したものを煎じて飲めば下痢は「現の証拠」にたちどころになおるといふことから生じた名である。テキメンソウ、タチマチグサ、イシャイラズ、イシャタオシなどの方言がある。

採取する時期は花のあることで、花の初期ごろが一番よい。昔から夏の土用の丑の日（七月下旬）頃に取ればよいといわれている。刈取った後は出来るだけサツと水洗いし、乾燥するには、カゴの上に掛けて、天日で速やかに青く干し上げ、夕方には必ず納屋に取り入れ、夜露に当たらない様にする。昔はこの家庭でも乾燥したゲンノシヨウコが軒先にぶら下がっていたというほどです。茎と葉が薬用部分になります。

ウコが軒先にぶら下がっていたというほどです。茎と葉が薬用部分になります。

健胃、整腸 胃腸の弱い人は、ゲンノシヨウコ10g、ハブ茶（決明子）10gをあわせて煎じ、お茶がわりに飲んで、胃腸は丈夫になる。

ゲンノシヨウコ単独では一日15〜20gをこく薄く煎じてお茶がわりにして飲む。

常習便秘 一日20gを0.6ℓの水で煎じ、煮立ったら、すぐ火からおろし、他の容器に汁だけとって、冷たくしたものを3〜4回に分けて食用。飲み方によっては下痢止めが緩下剤になったりもする。下剤を服用すると腹痛が起つたり、又便がすつきり出ないような人による。

胃潰瘍、十二指腸潰瘍 はぶ茶20g、ゲンノシヨウコ20gをあわせて4合の水で、とろ火で30〜40分煎じて2合にして服用する。

子宮内膜炎、帯下（こしけ） ゲンノシヨウコを常用しているとよくあたたまり、帯下もなくなる。

風邪、頭痛 干したの20gを煎じて、熱いうちに飲む。

口内炎、口角炎 20gの濃い煎汁を口に含み、口をぐちぐちして5分位して吐出す。

高血圧の予防 ゲンノシヨウコ10g、ドクダミ10g、決明子5gをいっしょに煎じてお茶代りに飲む。

腎炎、ネフローズ ゲンノシヨウコとハブ茶を合わせたものを煎じてお茶代りに飲む。

養正会薬局（鍵山）

ゲンノシヨウコ入りおじや

ゲンノシヨウコの若芽や柔らかい葉をゆで、できるだけこまかく刻みます。なべに出し汁を煮立て、冷やご飯とゲンノシヨウコを入れます。塩少々で味をつけ、溶き卵を流し入れ、すぐに火をとめて、ふたをします。



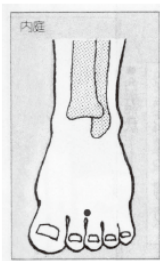
薬はゆでてから、こまかく刻んで入れる

手技療法

腹部の張りについて 内庭

「内庭」は、足の人差し指と中指とが分かれていたところにあるツボで、胃経に属します。

「内庭」は、消化不良などにより熱を帯びた胃を鎮め、胃の機能を回復させるのに効果的なツボなのです。



おばあちゃんの知恵

野菜をゆでる時、ビタミンCがこわれることとはご存じだと思います。なぜかといいますと、野菜の中の酸化酵素がビタミンCを酸化させ、やがてはこわれちゃった。ゆでている水の中にビタミンCがとけだしたり、加熱によってもいくらかこわれること等が関係しているんです。



薬剤師 高木 丈夫

こどもの病氣シリーズ

手足口病

春から夏にかけて流行する病気で、夏風邪のウイルスの中でも、主にコクサツキウイルス16型、エンテロウイルス71型が原因となって起こります。赤ちゃんもかかりますが、保育園や幼稚園など、集団生活をしている幼児に多く見られます。潜伏期間は2週間くらいで、その病名のおり、手のひら、足の裏、口の中、周囲が赤くて、真ん中が白い米粒大の水疱ができます。手足にできた水疱は、少し痛がゆいのが特徴です。口の中にできた水疱は、頬の内側、舌、歯ぐきや唇にもでき、それが破れると痛く、よだれがたくさん出てきたり、食べ物や飲み物がしみるために、食欲がなくなり、機嫌が悪くなる時もあります。いつもより、いやにぐずり、哺乳瓶を受け付けなかったり、食事を嫌がる時は、口の中を見てみて下さい。



症状・・・時には、下痢や嘔吐など胃腸症状を起すこともあります。が、たいていの場合は、手足口に出る水疱が主な症状です。熱は出ても38〜39度くらいで、1〜3日程度で下がります。口以外の所にできた水疱は、破れることもあまりなく、たいていは1週間くらいで自然に治ります。口内炎も1週間くらいで治ります。

家庭でのケア・・・熱も高くなく心配のいらぬ病気で、口内炎が痛むため食欲がなくなります。熱いもの、塩辛いもの、硬いもの、酸っぱいものを避けて、口当たりのいいものを回数分けて食べさせましょう。それでも食べないときには、とにかく水分だけでも取らせて下さい。お風呂は発疹が消えてからがよいでしょう。熱がなければシャワーなどでさっぱりさせてあげましょう。

養正会薬局 薬剤部