杏（アンズ）

梅は咲いたか、桜はまだかいなと言われるように、梅の花が終わると、桜の開花が待たれる。その間を埋めるように咲く花がアンズ（杏・杏子）である。花の感じも桜の花びらに似た色をしていて梅の形をしている。3～4月に葉に先だって白色または淡紅色、紅色の花を咲かせる。花は五弁花でウメに似ているがやや大きい。八重咲きのものもあるが、ハナアンズと呼ばれて実を結ばず、観賞用として栽培されるものが多い。長野県更埴市には15万本植えられ、「アンズの里」として知られている。見頃は4月13日前後の4～5日間。

一村は杏の花に眠るなり　星野立子

植物学上はホンアンズ、マンシュウアンズ、モウコアンズの三つに分かれるが一般にアンズと呼ばれるのはホンアンズの栽培品種である。日本では長野、山梨、山形など寒い地方で盛んに栽培され、ジャム、干しアンズ、カン詰めなどに利用されている。

アンズはバラ科に属する落葉低高木で、ネパールやブータンにも多く分布しているので、このあたりが原産地だろうと考えられるが中国原産ともいわれている。別名はからもも（唐桃）といい、唐の国の桃、唐から渡来した桃という意味で、万葉集などにもこの名で登場する。薬用の目的おためにに渡来したもので、橙黄色に熟した果実を腐れさせてから、かたい内果皮の殻をたたき割って種子をとり、杏仁（キョウニン）と名づけて漢方薬に用いてきた。杏仁をかむと、初めは油様の苦みがあるが、わずかながら芳香を感じる。これは青酸配糖体のアミグダリンが、口内の温度や水分などで分解されて、ベンズアルデヒドの芳香性物質ができるからである。すがすがしい清涼感のある芳香である。このキョウニンをすりつぶし、搾って脂肪油を取り去り、蒸留してアルコールと水で薄めたものがキョウニン水で、鎮咳去痰薬として利用する。成分としてはアミグダリンと多量の脂肪油であり、梅や桃と同じく、アミグダリンは酵素で分解されて青酸を生じる。これが鎮咳作用がある。民間薬として咳止めに使うこともあるが、多くの漢方薬に配合して利用されている。

鎮咳去痰剤として、単なる鎮咳剤と言うよりも、喘息の咳止め、即ち喘を治す。漢方的に考えて実証の人には麻黄を併せると鎮咳剤の力を強める。即ち代表処方が麻黄湯、麻杏甘石湯などであり、虚証の人には茯苓と併せる。即ち苓甘姜味辛夏仁湯、茯苓杏仁甘草湯である。

利尿作用としては胸間の停水を去り、これにより身体の浮腫を去る力がある。

軽い緩下作用として麻子仁丸、潤腸湯に配合されている。脂肪油（35％）の作用によるものであるが、桃仁の力に比すれば弱い。大腸の気秘を治すと言われるが、副交感神経興奮薬的な下剤の働きをするようである。

鎮痛作用としては、知覚神経末端を麻痺させる性質があると言われる。麻杏薏甘湯の神経痛の鎮痛や、麻杏甘石湯の痔痛の効果には杏仁の作用がある。

その他杏仁は五虎湯や神秘湯にも配合されている、薬徴には杏仁の作用として、主として胸にたまった水分、痰などを治す。したがって、呼吸困難、咳嗽を治す。また、息切れ、みぞおちのあたりが膨満しつかえて痛むもの、胸痛、むくみなどを治すとある。

疲労回復、スタミナづけにはアンズ酒がよい。熟す一歩手前のアンズの実をそのまま1kgにグラニュー糖100gをホワイトリカー18ℓに漬け、6ヶ月～1年後にこしてアンズ酒として、一回30mlずつ、一日2回を限度に飲むとよい。

養正会薬局　（鍵山）

のどが痛い

手技療法

声の出もよくなる「合谷（ごうこく）」

「合谷」は、人差し指からの骨と親指からの骨が合流する手前のくぼみにあるツボです。ツボの位置が正確だと、強く押すと痛みが腕のほうへ走るはずです。

「合谷」は、大腸経のツボの中でもとくに重要な十二原穴のひとつで、頭や顔面、目、耳、鼻、のどに関係しているツボです。

咳にも効く「天突（てんとつ）」

「天突」は、ちょうどのどの真下、鎖骨と鎖骨の間にあり、任脈に属します。咳やのどの痛みに。

民間療法

かぜにはビタミンCの多い キンカン

日ごろからビタミンCを摂取していると、抵抗力がついてかぜやインフルエンザにかかりにくくなります。キンカンには、このビタミンCが多く含まれています。

〔用法〕

キンカンの実の汁を絞ったもの杯1杯分を、湯のみ茶わんに入れ、ヒネショウガのおろしたものを少し加え、熱湯を注いで随時飲用してください。

扁桃炎によるのどの痛みに ユキノシタ

収斂（しゅうれん）・消炎作用があるユキノシタは、のどの湿布薬に使われます。

〔用法〕

生葉を塩でもみ、出てきた汁を脱脂綿などに含ませてのどに塗ります。

知っていますか？ おばあちゃんの知恵

人間は人生の1／3を睡眠で過ごしております。体にとってそれだけ大切なことなんでしょう。それ故に眠れないのはつらうございます。不眠にはネギか玉ねぎを使ったらいかがかしら。使い方は、ネギを細かく刻んでドンブリにたくさん入れ、生ミソを加え、それに熱湯を注いでよくかき混ぜ、熱いうちに飲むときめがあり又、タマネギをみじん切りにして、お皿に平らにのせ、これを枕元においてにおいをかぎながら眠れば、ぐっすり眠れるともいわれておりますよ。

薬剤師　高木　丈夫

こどもの病気シリーズ

虫刺症・とびひ・オムツかぶれ

すっかり虫の声の聞かれる頃となりましたが、皆さんは子供さんの虫さされでかわいそうな思いをされた事はありませんでしたか。

〈虫刺症（ちゅうししょう）〉

どんな病気

虫さされの後に、アレルギーのような過敏反応が出て、発疹の出る病気です。中でも代表的なのが「ストロフルス」と「固定じんましん」です。

ストロフルスは、1歳から幼児期の子供に多い病気で、蚊やノミなどに刺された後、主に手足など露出している部分にあずき粒程の大きさの赤い発疹が出ます。かゆみが強く、かき破ってしまうことも多いですが、といひのように膿から次々と感染が広がることはありません。

固定じんましんは、夏の野山でブユにさされた後に、跡がいつまでも残り数ヶ月にわたってかゆみが続くものです。

治療

かゆみを抑えるために、抗ヒスタミン剤が処方されます。ストロフルスの場合には、ステロイドで炎症を抑えます。

虫刺され後のケア

すぐに石けんなどで洗い流して患部を清潔にします。毛虫に刺された時は毛を取り除くため、セロテープを貼ってはがすのもよい方法です。

次に氷水や冷たいおしぼりを当てて、冷やして炎症を抑えます。軽いかゆみならこれだけで治まる場合もありますが、市販の虫刺され用のかゆみ止めを塗っておくと良いでしょう。かゆみがそれほどひどくない時は、ステロイドの入っていないものを、かゆみがひどい時は、ステロイドの入っているものを使いましょう。

〈とびひ〉

どんな病気

虫刺されやすり傷、アトピー性皮膚炎などをひっかいた所に、主に黄色ブドウ球菌が感染して起こる病気です。正しくは「伝染性膿痂疹」といいます。水泡状の湿疹が破れてうみが別の所につくと、またそこに湿疹が出来、全身に飛び火のように広がります。初夏から夏にかけて、乳幼児から学童によくみられます。また溶血連鎖球菌によるかさぶたの多いタイプのとびひもあります。

治療

抗生剤を内服します。また患部は清潔にして、抗生剤入り軟膏を塗り、ガーゼで覆っておきます（菌が飛び散るのを防ぐため）

ステロイド軟膏は症状を悪化させるので、アトピー性皮膚炎などで使っている場合にはその事を医師に伝えましょう。

家庭で気を付けたいこと

悪化させない為に爪は短く切っておきましょう。

治るまで、他の子供さんに移らないよう温泉やプールは控えるようにしましょう。

〈オムツかぶれ〉

どんな病気

オムツを当てている部分が赤くなりブツブツが出来ます。おしっこやうんちの後、オムツを替えるのが遅れたり、下痢が続いた時に起きやすく、おしっこに含まれるアンモニアやうんちに含まれるアンモニアやうんちに含まれる細菌の刺激物質が原因と考えられます。ひどくなると、ただれて水ぶくれが出来ることもあります。お風呂に入れるとしみるため、泣いて痛がることがあります。

治療

軽いものはオムツ交換をまめに行い、ぬるま湯でお尻を洗って、しっかり乾燥させてからオムツを付けるようにすれば、治る場合が多いものです。それでも治らない場合は、非ステロイド系抗炎症剤が使われます。炎症のひどい場合はステロイド系が用いられることもあります。医師の治療を受ければ、約一週間程で改善していきます。

ただし前回もお話しましたように治りが悪いと思ったら皮膚ガンジダの恐れもあります。治療薬がまったく正反対ですので、受診後ある程度様子をみていてもよくならない時は再診をするようにしましょう。

養正会薬局　薬剤部