千振（せんぶり）

日本の民間薬の代表格で、日本各地、朝鮮半島、中国に分布し、日当たりのよい、山野に自生する。草丈は20～30㎝で、茎は四角で暗紫色を帯びており、直立して多少枝分れする。8～11月頃、円錐花序を立てて、白い小さな花をやや密に咲かせる。花冠は深く五裂しており、白い花弁には紫色のすじが入っている。秋晴の尾根路によく似合ういかにも清々しい白い花である。

千振の花
木洩れ日のひとところ
戸川稲村

庭植え、鉢植とし、いけばなどにも用いられる。薬用に熱湯で振り出すが、千回振り出してもまだ苦く、薬効もあるというところから名づけられたといわれている。類似種のイヌセンブリ、ムラサキセンブリなどは苦みが弱く薬用にはしない。ムラサキセンブリは日本では関東以西～九州に自生している。花色は淡紫色である。いずれもリンドウ科、センブリ属の二年草である。

貝原益軒が「大和本草」で糊にセンブリの煮汁を入れて裏打ちし、屏風を張れば虫はゆかないと教えているように、和紙用糊にセンブリの煎じ液をいれて紙を喰う虫を防いだり、古い時代はのみやしらみを殺す殺虫剤にも使われていた。子供の肌着をセンブリの煮汁で黄色に染めて、のみ、しらみから守るのにも利用されていた。

日本に西洋医学がはいる江戸時代の終わりごろから、センブリが苦味健胃薬として、使われるようになった。明治25年改正の第2版の日本の薬局方には、竜胆（りんどうの根）に代替しうるものとして当薬（センブリの生薬名）があげられている。

センブリの苦みの成分はスエリチアマリン、スエロサイド、ゲンチオピクロサイドなどの苦味配糖体によるもので、この苦味が舌先を刺激して、反射的に胃の働きを活発にする。製剤として苦味チンキ、胃腸薬、健胃薬に配合されている。

10月頃、よく開花している花の時期に全草を抜き取り、天日乾燥して用いる。センブリ4～5本を茶碗に入れて、熱湯一合ほどをそそぎ蓋をして数分おいて、一回さかずき3杯ほどを一日に3回食後に服用すれば、胃カタル、下痢、盲腸炎、駆虫、かぜ、胎毒くだし、心臓病、淋病、腎臓病によいとされている。

健胃、胃や腸の痛みに、粉末にしたものなら1回量30～50㎎を食欲のないときは食前30分ぐらいに、その他の時には食後すぐに、オブラートなどに包まず、そのまま服用する。煎じて用いる時は1日量0・3～1・5ｇを用いる。

ふつか酔いには、粉末にしたもの2ｇを冷水で飲むとよい。ふつか酔いの心配がある人は、酒を飲む30分ほど前に粉末を小さじ一杯ほどを水で飲んでおくと悪酔いはしない。

円形脱毛症に、刻んだ当薬15ｇをホワイトリカー200㎖につけ密栓して冷暗所に1～3ヵ月ぐらいおき、一日一回手のひらに少量とり、はげ部分にすり込むようにして、マッサージする。気長に続けるとよい。

月経困難、こしけなどには薬湯を作って入浴する。センブリ20本ほどを手ぬぐいの袋に入れ、1・8ℓの水で煎じ、煎じ汁も袋もともにふろに入れて入浴するとよい。

しもやけに、センブリ20本ほどを1・8ℓの水で濃く煎じ、洗面器に入れ、しもやけの部分をつけるとよい。

回虫で起こる腹痛やぎょう虫には、全草4ｇを煎服するとよい。センブリは体を冷やす作用があるので丈夫な人には向くが、見るからにひ弱そうな人にはごく少量用いることが肝心である。

養正会薬局　（鍵山）

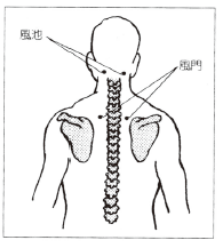
手技療法

悪寒がするときは、ほとんどの場合かぜの前ぶれですので、ここでは悪寒を含めて、かぜ全般に効くツボを紹介します。

かぜのひきかけに「風門（ふうもん）、風池（ふうち）」

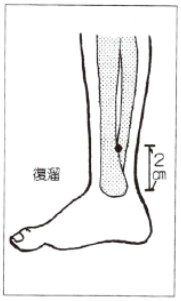
「風門」は左右の肩甲骨の上端を結んだ線上、背骨の中心から1・5㎝離れたところにあり、「風池」はうなじの左右、髪の生えぎわのところにあります。

背中がゾクッとして、かぜをひいたかな、と感じたときに、このふたつのツボにドライヤーの温風を当てると治ることが多いものです。



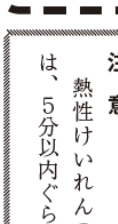
冷えからの下痢に「復溜（ふくりゅう）」

「復溜」は、足の内くるぶしの骨の出っ張りの後縁から2㎝上がったところで、腎経に属します。さわって冷えていたら、じっくりと温めます。



知っていますか？おばあちゃんの知恵

佐賀平野にはハスが多く見うけられます。根茎部をレンコンといい、食用にしておりますが、たいていの人が捨てているレンコンの節の部分を利用して、ぜんそくの発作を素早く治める方法を、お話ししましょう。レンコンをおろしがねですりおろし、ガーゼかサラシでこします。飲みにくくなければ、そのまま飲んでもかまいません。一回の飲用量は、こしたあとの量で、さかずき一、二杯程度です。ハチミツやショウガの絞り汁を加えると、飲みやすくなります。発作が起こりそうになった時に飲むと、発作が起こらなかったり、症状がひどくならずにすみます。



薬剤師　高木　丈夫

こどもの病気シリーズ

熱性けいれん（ひきつけ）

症状

高い熱を出した時に起こる全身のけいれん発作で「ひきつけ」と呼ばれているもので、小児性のけいれんの中でも、頻度が高く、年齢とともに消失する良性の疾患です。

手足を伸ばし首、背中を後ろに反らせて全身をつっぱったり（強直性けいれん）、全身を震わせたり（強直間代性けいれん）をすることが多いものです。

治療

過去にひきつけを起こしたことのある子供が高熱を出したときは早めに解熱剤を用い、水分を飲ませ脱水を起こさないようにします。それでも熱が下がらないようであれば早めにけいれん予防のための坐薬を用います。けいれんを起こした時は抗けいれん剤を用いることもあります。薬の具体的な使用方法についてはかかりつけの病院や薬局の指示に従ってください。

注意

熱性けいれんの場合は、5分以内ぐらいの間におさまってしまうもので心配はいらないのです。

したがって、ひきつけが始まったらまず、衣類をゆるめて、体に熱がこもらないようにします。そして、静かに顔を横に向けて寝かせ、様子を見ます。口の中の唾液は、ガーゼで拭きとります。

5分たってもけいれんがおさまらない場合は、他の原因も考えられるので病院へ行くなどの行動を始めるべきでしょう。

ひきつけをおこした子供のお母さんは「てんかんでは？」と心配する人がありますが大半の熱性けいれんは大きくなってひどいてんかんになったりすることはなく、6歳ぐらいまでの間に何度か高熱とともに短いけいれんを起こしただけでそれ以外は何事もなく終わってしまうものです。あわてないことが大切です。

養正会薬局　薬剤部