せんぶり（千振）

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、茎は貧格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。

千振の花木漏れ日のひととところ　　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板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、一回さがずき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、病気、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カ月ぐらいおき、一日一回手のひらに少量とり、はげ部門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1・8ℓの水で濃く煎じ、洗面器に入れ、しもやけの部分につけるとよい。

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）

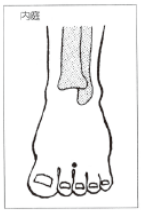
胃腸病

手技療法

消化不良による腹部の張りに「内庭（ないてい）」

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

「内庭」は、五兪穴の栄穴（各経路の気が勢いよく流れているところ）にも属し、栄穴は、発熱の治療によく用いられるところです。つまり、「内庭」は、消化不良などにより熱を帯びた胃を静せるのに効果的なツボなのです。また、胃に熱をもつと歯痛も起こる、と東洋医学では考えるので、歯痛の緩和にも用いられます。



民間療法

胸やけに効く　ヒキオコシ

胃腸疾患に効くことから、弘法大師も用いたというヒキオコシ。

この効能は、プレクトランチンによるものといわれています。

〔用法〕

ヒキオコシの茎、葉、花を陰干ししたもの2～3ｇを、水1合（180cc）半量に煎じ、3回に分けて食後に服用します。

〈ヒキオコシ〉
シソ科の植物。やや乾いた、日当たりのよい道端や土手などに自生する。50㎝～1ｍに生長し、8～10月ごろ、小さな花をつける。

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搾り汁を加えると、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、発作が起こらなくなったり、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

その87　かぜの漢方薬

漢方薬は、自覚症状と全身的所見に基づいて選択します。つまり、同じ病名でも患者によって用いる漢方薬が違うことがある、漢方薬によっては合う、合わないがあるということです。

漢方的診察は、患者の病態の位置付け（陰・陽・虚・実）を大切にします。

一般的に、栄養良好で血色よく、骨格体格ともに頑健で、生気に富みはつらつとしている患者は、実証とみなします。やせて血色悪く、筋肉にしまりがなく、骨格が細い患者は虚証であり、多くは陰証です。

食欲の有無は重要で、食欲旺盛で、食べ過ぎても問題の無いのは陽実証であり、食欲が無い、食後眠くなる、過食すると胃炎症状が出る、薬ですぐ胃腸障害を起こすのは陰虚とされています。

こどもは新陳代謝が盛んであり、多くは陽証です。学校や幼稚園から帰宅後、すぐ横になりたがりあくびをして元気が無い、動作が緩慢で、少しのことでも疲れやすいこどもは虚証とみなし薬を選択します。

また、小児投与量は、大人を1としたとき1歳で四分の一、3歳で三分の一、小学校1年生で二分の一、中学校1年生で三分の二とされています。

かぜによく使われる漢方薬を紹介します。

葛根湯…急性上気道炎の第一選択薬です。発熱、悪寒、頭痛の症状があり体質中程度の者に使用。お湯に溶かして食前の空腹時に服用します。この方が胃腸障害を起こしにくく効果的とされています。

麻黄湯…高熱で悪寒が強く、体の節々が傷むなどインフルエンザにみられる全身症状が適用です。老人、虚弱者に用いることはまれです。

小青竜湯…鼻水、くしゃみ、鼻づまり、咳などに使用。I型アレルギーに対する拮抗作用が証明されているのでアレルギー性鼻炎や小児喘息にも処方されます。お湯に溶かして蒸気をかぐようにして鼻の粘膜からも吸収させるようにすると更に効果的です。

麻黄附子細辛湯…お年寄りや陰虚の証で、持続する寒気や、頭痛、咽頭痛、鼻水などがある時用います。

桂枝湯…虚証のかぜの初期に用います。

桔梗湯…喉の痛みだけで全身症状の無い患者に使用します。エキス製剤をお湯に溶かして冷えてからうがいをするようにして服用します。

漢方の考え方では、かぜの治療では体を冷やしてはいけないとされています。漢方エキス製剤は、熱湯に溶かして熱いうちに服用すること、熱いうどんやかゆなどを食べ布団の中に寝ていることなどが推奨されています。反対に、冷水で、顆粒状のまま服用すること、オブラートに包んで服用すること、服用後に冷たい飲料物を摂り胃を冷やす事、安静にしていないばかりか、深夜まで夜更かしして過労に陥ることは、避けなければならない、とされています。まさにそのとおりですね。

養正会薬局　薬剤部