カキ（柿）

中風の妙薬といわれるカキは、実も赤い、葉も赤い、すなわち赤木であるから、いつのまにか「カキ」と呼ばれるようになった。

頬っぺたに当てなどすなり赤い柿（小林一茶）

「柿の木百本持てば百石取りと同じ」などといわれ主食と同じように「命のくだもの」と大切にされてきた。

日あたりや熟柿の如き心地あり（夏目漱石）

南河内では、嫁に行く時に、柿の苗を持ってゆき嫁いだ家に植える習慣があった。やがて産みつくし、働きつくし、かつての花嫁も年をとって死ぬる時に、共に老いたる柿の木を伐って薪として、その薪で火葬に付されて終るのが女の一生と約されていた。秋の柿の育ちと、実の赤さは女の眼には、女の短い一生にものを思わせるものがあった。

柿食ふや遠くかなしき母の顔（石田波郷）

昔、街道沿いの家々では、庭の柿の木に梯子をかけてわざわざ高い所の柿を自家用としてとり、手を伸ばせばとれる柿の実は、その下を行く旅人のために残し、頂上の実はカラスに食べさせたという。

柿くへば鐘が鳴るなり法隆寺（正岡子規）

柿は奈良時代以降に中国から伝来し、青森から鹿児島まで広く自生し、又栽培されている。野生種には甘柿はなく、栽培種には甘柿と渋柿とがあり、朝鮮・中国では大部分が渋柿である。甘柿は日本で渋柿から淘汰されたものである。甘柿も未熟の時は渋柿同様、多量のタンニンを含んでいて渋味が強いが熟すと酸化酵素を生じ、これによってタンニンが酸化されて渋味が減り、元来ふくんでいた甘味があらわれてくる。甘柿の果肉中に褐斑（ゴマ）が見えるのはタンニンの酸化物である。渋柿は熟しても酸化酵素の作用がおそいために渋味が残る。アルコールか又は温湯（30℃～40℃で12時間浸す）などで柿の実の細胞を殺すとタンニンはペリチンと化合して渋味を失って元来柿に含まれている甘味がその特性をあらわして甘くなる。

柿は梅や梨のように受粉して受精しないと子房が成長せず結実しないということはない。受粉しなくても子房が成長して結実する特性がある。

柿帯（カキヘタ）

秋、霜の降るころ採取し、乾燥して貯蔵する。中国では霜柿帯と言って霜のかかった柿帯が良品であることをあらわしている。

製剤としては柿帯湯（柿帯5g、丁子1・5g、生姜4g）、丁香柿帯湯などがある。

柿渋

なるべく小さな渋気の強い渋柿を二百十日前後に採取する。腐敗した柿や熟した柿が混入しない様に選別には充分な注意が必要です。この渋柿をよくつぶして一割位の水を加えて桶に移し、毎日一回位かきまわして五～六日後に布袋に入れて圧搾して汁をしぼり出し、カメに移して密閉貯蔵する。これで半年位たてば柿渋ができる。これを一番渋という。残ったカスにさらに二割位の水を加えて二～三日放置して前法によってしぼれば二番渋がとれる。

柿渋は高血圧に有効である。

柿の葉・りんごジュース

柿の葉にはビタミンCが非常に多く含まれていますので、血圧降下に有効です。柿の葉は五～六月の若葉を使います。

柿の若葉二十枚／キャベツ一〇〇㌘／りんご中一個／レモン中四分の一個

りんご、レモンは皮をむき、他の材料とあわせてジューサーにかけます。

養正会薬局　（鍵山）

高血圧

民間療法

昆布――血圧を下げる

厚めのもの20～40gをこまかく刻み、水をひたひたになるくらい入れておく。一晩おいて翌朝、食前に昆布汁を飲みます。昆布もいっしょに食べるとなおよいでしょう。

紅花――コレステロールを除く

リノール酸を含む植物で、すでによく知られている紅花。コレステロールを取り除くだけでなく、昔から多くの薬効で珍重されています。鉢植えにしておくとよいでしょう。

開花期（5～6月）に花をつみ、乾燥させたものを3gを1日量として煎じて飲みます。

手技療法

足の三里（さんり）――肥満型の人の高血圧に

「足の三里」は、ひざの下端から下3㎝、脛骨（けいこつ）の外側にある、胃腸を調整する効果のツボです。

このツボは、胃腸を調整するため、過食ぎみで胃に熱があることから高血圧になっている人にとくに効果的です。

知っていますか？おばあちゃんの知恵

しゃっくりが出てなかなか止まらないと本当に困りますね。水を一気に飲んだり、おわんに水を入れ、おはしをその上に十文字に渡して、その間から水を飲んだり…。背中をドンと叩いてもらったり…。そのしゃっくりに妙薬があるのです。柿のへたです。日干しにしたのを煎じてのむと、不思議に止まりますよ。使うのは柿のへたを5g位と、その時ドクダミヒョウガ4gほどを加えると尚良い様ですよ。昔の人は何でも無駄にしないで、いろいろ工夫していたのですね。

薬剤師　高木　丈夫

こどもの病気シリーズ

冬のかぜ「嘔吐・下痢症」

冬期に流行する乳幼児の嘔吐下痢症の多くは、ロタウイルスによるものです。毎年12月から2月には、「突然吐き出して…」と、お母さんがびっくりしてお子さんを連れて見えます。インフルエンザと並ぶ冬のかぜの代表です。

症状

吐き気は、いきなりやってくることが多いようです。そして、一日目は何を飲んでも何を食べても吐いてしまいますが、意外と吐いた後は元気でけろりとしていることが多く、吐くのは一日半くらいで治まるようです。少し大きくなると症状を訴えられるので、「おなかが痛い」とか「むかむかする」とか言うこともあり、吐かずに終わる人もいます。その後に続く下痢も個人差があり、吐くのと同時に来る人もあれば、吐くのが終わって下痢が続いて起こる人もあれば、下痢だけの人もいるようです。下痢は吐き気よりも長く、治りきるまでには四、五日かかるようです。

やっかいなのは、これが家族全員に起こることです。ウイルス感染ですから、当然、家族内で感染しやすいわけですが、一度に親子で、あるいは兄弟で症状が出ることが多いというのも特徴です。子供だけでなく、高校生でも、大人でも起こります。しっかり手洗い、うがいをして予防に心がけたいものです。

治療

気をつけなければいけないのは、脱水症状です。こまめに少しずつ水分を与えて下さい。冷たいものを一気に胃の中に入れると、反射的に胃がもどしてしまうので、一口づつ様子を見ながらあげます。その時に、オレンジジュースのような柑橘類はもどしやすいし、便も緩くなるのでやめましょう。吸収の早いイオン飲料（冷蔵庫に入れず室温で）や、野菜スープ、お茶がおすすめです。食事も刺激物や、脂肪分の多いもの、固いもの、冷たいものを控えて、炭水化物のような消化の良いものを中心に与えて下さい。あまり吐き気や下痢がひどい時には、無理に食事をとらせなくてもいいですが、水分だけは気をつけてあげて下さい。

全く水分をとらない、ぐったりしている、機嫌が悪いなどの時には、病院を受診しましょう。点滴をすると吐き気もけろっとおさまることもあります。病院で頂いた吐き気止めや下痢止めは、症状が治まったら使用を中止します。症状がひどいからといって使い過ぎてはいけません。

また、赤ちゃんの場合、下痢によるおむつかぶれが心配です。お尻はこまめに洗って乾かしてあげましょう。

養正会薬局　薬剤部