Q 薬草採取の時期、方法などはどのようになっているか

A 見分け方

薬草の採取ではまず目的とする正しい薬草を採取することです。自ら野外に出て薬草を採取し、生薬（しょうやく）を調製して服用しようとする場合には特に注意が必要です。よく似た植物から必要とする正確な薬草を見分ける必要があります。特に有毒植物と間違っての採取があると服用に際して中毒の原因となることがありますので注意をしなければなりません。例えば、ゲンノショウコの花の咲く前、葉のみのときには有毒植物のキンポウゲやキツネノボタンの葉と非常によく似ているので間違った採取が心配されます。

採取の時期

薬用とする部分により実際に採取する時期が異なり、その時期を逃がさないようにする必要があります。正しい薬草を正しい採取時期に正しい調製方法によって、正しく用いることが健康への必須条件です。特に薬用部分には薬効を示す成分が最も多く含まれている時期に採取しなければなりません。

⑴　全草か葉を用いるもの

ドクダミ、ゲンノショウコ、ハッカなどのように全草か葉を用いるものは開花期に採取します。その時期が最も旺盛な時期であるからで、２～３日間くらい晴天の続く日に採取するのが最もよいでしょう。

⑵　根や根茎を用いるもの

キキョウ、タンポポ、リンドウ、オウレン、トウキなど根や根茎を用いる場合は地上部が既に枯死し、地上部の生活力も寒さのために低下して栄養の大部分が地下部に移動してしまった時期である秋から冬にかけて採取します。

⑶　花を用いるもの

ベニバナ、キクなどのように花を利用するものは開花直後か最盛期に採取します。この場合も２～３日間晴天が続く日が好ましいでしょう。

⑷　実を用いるもの

キササゲ、ナンテン、エビスグサ、ハトムギのように果実、種子などを利用するものは完熟して種子が果皮より飛び散る寸前に株や枝ごと刈り採って、むしろの上などで４～５日間干してから採取するようにします。

⑸　花蕾を用いるもの

コブシ、エンジュのように花蕾を利用するものは開花前の未だ花蕾の堅い頃に採取します。

⑹　樹皮を用いるもの

キハダ、アケビなど樹皮やつるなどを利用するものは夏から秋にかけて採取しますが、キハダのように剥いだ樹

皮からさらに最外層の周皮（コルク層）を取り除く必要があるものは、梅雨期のように、まだ根から地上部の葉に水分が供給され続けている時期がよく、樹皮中に適当な水分があるため非常に剥がれやすいです。しかし、乾燥するのに雨期のため自然乾燥ができず、火力による強制乾燥が必要となることもあります。購入する黄柏（おうばく）で、ときたま一部が黒く焦げているものがあるのはこのためです。

Q 服用すると危険な有毒植物にはどのようなものがあるか

A 有毒植物とは有毒成分を含み、人間や動物が食べたり、触れたりすると著しい中毒症状を引き起こすものをいいますが、その中には古くから、「毒薬変じて薬となる」といわれるとおり、用い方によっては薬草としての効果が期待できるものもあります。薬草と毒草との間には切り離すことのできない関係があります。一般に毒草とされるものには成分としてアルカロイドや配糖体を含むものが多く、これらは少量でも非常に強い生理作用があります。量を誤ると激しい副作用や中毒症状を引き起こすことがありますので、注意が必要です。

日本産で毒草であることがはっきりしているものは約30種類が知られています。このうち致命的な猛毒成分をもつものはドクウツギとトリカブトの類です。

一般にトリカブトが所属するキンポウゲ科やトウダイグサ科には有毒成分を含むものが多く、有毒植物の代表的なものにはドクゼリ、シキミ、アセビ、ハシリドコロ、チョウセンアサガオ、ヒョウタンボク、ヒガンバナ、スズラン、フクジュソウなどが知られています。

(1) アサマツゲ（ツゲ科）

葉および樹皮を痛風、リウマチに煎（せん）用しますが、過量は嘔吐（おうと）、下痢、反射痙（けい）、麻痺などの中毒を起こします。

(2) イチイ（イチイ科）

薬用ですが、種子は赤味があって子どもが食べやすく、嘔吐、腹痛、下痢、紅疹などの中毒を起こします。

(3) イチリンソウ、キツネノボタン、キンポウゲ（キンポウゲ科）

草本（そうほん）の液汁は引赤、発泡、湿疹（しっしん）を引き起こし、服用すると胃腸炎、呼吸困難、四肢（し）の麻痺などの中毒を起こします。

(4) ウルシノキ（ウルシ科）

本植物の全ての部分、特に樹液は皮膚の局部にかぶれを生じます。ツタウルシ、ヤマウルシも同様です。

(5) キツネノカミソリ、ヒガンバナ（ヒガンバナ科）

百日ぜき

百日ぜき菌の感染で起きる気道感染症で、長期間持続する咳嗽（がいそう）発作が特徴です。

鼻汁・咳嗽（がいそう）のカタル期（1～2週）、激しい痙攣（けいれん）性のせきが連続して起きる痙咳（けいがい）期（2～4週）、回復期（1～2週）を経て軽快します。予防にワクチンの接種が行われます。

薬草	120 ジャノヒゲ
	180 ナンテン
	188 ノキシノブ
	211 マオウ
漢方薬	349 麦門冬湯（ばくもんどうとう）
	369 麻杏甘石湯（まきょうかんせきとう）

(4) 循環器系

心臓疾患

心臓弁膜症、心内膜炎、狭心症、心筋梗塞など、冠動脈や心臓の弁の故障によるものなど器質的変化が主な疾患です。動悸、息切れ、胸痛、浮腫（ふしゅ）、めまい、呼吸困難などの症状を伴います。器質的な変化に対するのは外科的治療が中心になります。漢方薬や薬草は症状の緩和や血行を良くすることを目的に用います。

薬草	16 アマドコロ
	116 ジギタリス
	155 ツユクサ
	168 トウキンセンカ
	215 マンネンタケ
漢方薬	255 栝楼薤白半夏湯（かろがいはくはんげとう）
	286 柴胡加竜骨牡蛎湯（さいこかりゅうこつぼれいとう）
	287 柴胡桂枝乾姜湯（さいこけいしかんきょうとう）
	347 人参湯（にんじんとう）
	362 防風通聖散（ぼうふうつうしょうさん）
	372 木防已湯（もくぼういとう）

動悸、息切れ、心悸亢進症（しんきこうしん）

動悸・息切れ・心悸亢進症（しんきこうしん）は、心臓に器質的変化があって起こる場合のほかに、神経性のものや、バセドウ病、貧血、発熱などにもみられます。

薬草	53 カノコソウ
漢方薬	243 温胆湯（うんたんとう）
	245 黄耆建中湯（おうぎけんちゅうとう）
	253 加味帰脾湯（かみきひとう）
	260 帰耆建中湯（きぎけんちゅうとう）
	263 帰脾湯（きひとう）
	266 九味檳榔湯（くみびんろうとう）
	273 桂枝加竜骨牡蛎湯（けいしかりゅうこつぼれいとう）
	284 五苓散（ごれいさん）
	286 柴胡加竜骨牡蛎湯（さいこかりゅうこつぼれいとう）
	287 柴胡桂枝乾姜湯（さいこけいしかんきょうとう）
	293 酸棗仁湯（さんそうにんとう）
	303 炙甘草湯（しゃかんぞうとう）
	310 小建中湯（しょうけんちゅうとう）
	336 竹筎温胆湯（ちくじょうんたんとう）
	346 当帰芍薬散（とうきしゃくやくさん）
	350 八味丸料（はちみがんりょう）
	358 茯苓杏仁甘草湯（ぶくりょうきょうにんかんぞうとう）
	372 木防已湯（もくぼういとう）

漢方薬	375 抑肝散加陳皮半夏（よくかんさんかちんぴはんげ）
	380 苓桂甘棗湯（りょうけいかんそうとう）
	381 苓桂朮甘湯（りょうけいじゅつかんとう）
	382 苓桂味甘湯（りょうけいみかんとう）

動脈硬化症

動脈硬化症は、コレステロールなどがたまって動脈の壁が厚くなり、内径が狭くなって弾力もなくなる状態をいいます。

食事の不摂生で脂肪分、糖分の摂り過ぎ、精神的なストレス、高血圧、ホルモンの異常や血管壁の異常などで起きるとされています。

硬化の起きている部位によって、それぞれ異なった症状が出ます。

心臓の冠状動脈の硬化では心臓ぜんそく、狭心症、心筋梗塞などの原因になります。

脳動脈では脳軟化、脳梗塞、脳出血の原因になります。腎臓の動脈では、腎硬化症が起きます。下肢の動脈に硬化が起きると間歇性跛行（かんけつせいはこう）症となり、腸の血管に硬化がくると動脈硬化性間歇性腹痛を起こします。

薬草	45 オナモミ
	71 ギシギシ
	175 トチュウ
	232 ラッキョウ
漢方薬	286 柴胡加竜骨牡蛎湯（さいこかりゅうこつぼれいとう）
	325 続命湯（ぞくめいとう）
	331 大柴胡湯（だいさいことう）
	338 釣藤散（ちょうとうさん）
	350 八味丸料（はちみがんりょう）
	362 防風通聖散（ぼうふうつうしょうさん）

高血圧症

高血圧とは大循環器系の安静時動脈圧が異常な状態をいいます。日本高血圧学会の基準によれば、成人の正常血圧は140/90㎜Hg未満（高血圧は160/95㎜Hg以上（いずれか一方または両方））とされています。漢方の治療では血圧が高いからといって血圧を下げる薬を用いるのではなく、まず全身の調和を整えることを目標に薬方を選定します。

薬草	36 エビスグサ
	49 オリーブ
	50 カキ
	71 ギシギシ
	78 クコ
	90 クワ
	148 タラノキ
	160 ツルレイシ（ゴーヤ）
	172 ドクダミ
	175 トチュウ
	227 ヤロー
漢方薬	242 温清飲（うんせいいん）
	247 黄連解毒湯（おうれんげどくとう）
	266 九味檳榔湯（くみびんろうとう）
	276 桂枝茯苓丸（けいしぶくりょうがん）
	281 牛車腎気丸（ごしゃじんきがん）
	286 柴胡加竜骨牡蛎湯（さいこかりゅうこつぼれいとう）
	292 三黄瀉心湯（さんおうしゃしんとう）
	300 七物降下湯（しちもつこうかとう）
	325 続命湯（ぞくめいとう）
	331 大柴胡湯（だいさいことう）
	332 大承気湯（だいじょうきとう）
	338 釣藤散（ちょうとうさん）
	341 通導散（つうどうさん）
	342 桃核承気湯（とうがくじょうきとう）
	350 八味丸料（はちみがんりょう）

漢方薬	362 防風通聖散（ぼうふうつうしょうさん） 382 苓桂味甘湯（りょうけいみかんとう） 383 六味丸（ろくみがん）

低血圧症

最高血圧がおよそ100㎜Hg未満の状態をいいます。疲労感、めまい、手足の冷感、頭重感、肩こり、動悸などを訴える人が多くあります。

漢方薬	302 四物湯（しもつとう） 306 十全大補湯（じゅうぜんたいほとう） 318 真武湯（しんぶとう） 346 当帰芍薬散（とうきしゃくやくさん） 364 補中益気湯（ほちゅうえっきとう） 381 苓桂朮甘湯（りょうけいじゅつかんとう）

貧　血

血液中のヘモグロビン濃度が正常下限以下に低下した状態をいいます。ＷＨＯの基準によれば、成人男子で13.0ｇ/dℓ、成人女子で12.0ｇ/dℓ以下としています。

疲労感、息切れ、動悸、心悸亢進、下肢の浮腫、微熱などの症状が現れ、顔、唇、爪などの血の気がなくなります。

薬草	7 アカヤジオウ 88 クレソン 231 ヨモギ
漢方薬	253 加味帰脾湯（かみきひとう） 263 帰脾湯（きひとう） 264 芎帰膠艾湯（きゅうききょうがいとう） 302 四物湯（しもつとう） 306 十全大補湯（じゅうぜんたいほとう）

紫斑病

壊血病、血友病などを除き、これといった原因がはっきりしないで、皮膚、粘膜に出血を起こす病気の総称です。マチ針の頭大の出血斑が見られるだけで全身症状の軽微なものから、筋肉、骨、関節などが腫れて痛み、皮膚に出血の現れるリウマチ性紫斑病、皮膚の出血とともに、高度の胃腸障害を起こし、激烈な腹痛、粘液血便、頑固な嘔吐、腹部膨満を来すもの、血小板減少性紫斑病では皮膚・粘膜の出血が広範囲に及び、内臓からも出血し、発熱、全身倦怠を現す場合もあります。

漢方薬	242 温清飲（うんせいいん） 253 加味帰脾湯（かみきひとう） 260 帰耆建中湯（きぎけんちゅうとう） 264 芎帰膠艾湯（きゅうききょうがいとう） 288 柴胡桂枝湯（さいこけいしとう） 306 十全大補湯（じゅうぜんたいほとう） 310 小建中湯（しょうけんちゅうとう）

(5)　肝臓、胆嚢、膵臓系

肝機能障害、肝炎

肝機能障害とは過労や肝炎などで肝臓の機能が衰え、肝機能検査でＧＯＴ、ＧＰＴ等の数字が悪化した状態をいいます。

疾病名　肝臓、胆嚢、膵臓系

肝炎には急性肝炎と慢性肝炎があります。

急性肝炎とは、主に肝炎ウイルスの感染が原因で起きる急性の肝機能障害を呈する病気です。症状としては、黄疸、食欲不振、嘔気、嘔吐、全身倦怠感、発熱などがあります。今までに主な肝炎ウイルスとしては、A、B、C、D、E型の５種類が確認されています。急性肝炎は一般的には経過が良好な疾患ですが、約１～２％の患者は劇症化し、一度劇症化すると死に至る可能性が高くなり、肝臓移植治療が必要となります。

慢性肝炎は急性肝炎が治癒せず慢性化したもので、症状は急性肝炎と似ていますが、病気の軽重、時期により、幅の広い様々な症状を呈します。

薬草	13 アニス
	29 ウコン
	31 ウツボグサ
	36 エビスグサ
	64 カワラヨモギ
	83 クチナシ
	124 スイカズラ
	129 セージ
	151 チコリ
	168 トウキンセンカ
	170 トウモロコシ
	215 マンネンタケ
漢方薬	239 茵蔯蒿湯（いんちんこうとう）
	240 茵蔯五苓散（いんちんごれいさん）
	254 加味逍遥散（かみしょうようさん）
	286 柴胡加竜骨牡蛎湯（さいこかりゅうこつぼれいとう）
	287 柴胡桂枝乾姜湯（さいこけいしかんきょうとう）
	291 柴苓湯（さいれいとう）
	299 梔子柏皮湯（ししはくひとう）
	311 小柴胡湯（しょうさいことう）
漢方薬	331 大柴胡湯（だいさいことう）
	362 防風通聖散（ぼうふうつうしょうさん）

黄　疸

胆汁色素であるビリルビンが血中に増加した状態をいいます。皮膚や粘膜、白目などが黄色く染まり、尿の色も濃くなります。食欲不振、嘔気などを伴うことが多くあります。黄疸の原因には、肝臓や胆嚢などの様々な病気があります。したがって、原因疾患によって治療法も変わってきます。

薬草	5 アカネ
	29 ウコン
	36 エビスグサ
	51 カキドオシ
	58 カラスウリ
	62 カワラケツメイ
	83 クチナシ
	133 セリ
	150 チガヤ
	170 トウモロコシ
	205 フジバカマ
	208 ホオズキ
	218 ムラサキ
漢方薬	239 茵蔯蒿湯（いんちんこうとう）
	240 茵蔯五苓散（いんちんごれいさん）
	299 梔子柏皮湯（ししはくひとう）
	310 小建中湯（しょうけんちゅうとう）
	311 小柴胡湯（しょうさいことう）
	331 大柴胡湯（だいさいことう）

40　オオバコ

オオバコ科
Plantago asiatica
車前草(全草)、車前子(種子)

オオバコは踏まれても、踏まれてもそれに耐えて生きています。舗装されていない田舎の道や、山道に入ると道路面にオオバコが元気に群落を作っています。これもオオバコの種子には粘液成分（プランタゴムチラーゲA）が含まれているので、種子の表面にわずかの水がつけば粘液が出てきて、人間や動物にくっついて運ばれて行きます。山道などにオオバコが多いのもそのためです。

オオバコは広い大きな葉ですからオオバコ（大葉子）の名前があり、方言も多くオンバコ、オバコ、ギャーロッパ、カエロッパなどで広く愛着のもたれる植物です。牛車や馬車が通る道ばたに多いことから、轍草ともいいます。

〔採取と調製〕　花期に全草を抜き取り土砂を洗い落として乾燥したものを車前草といい薬用に用います。

種子は、秋に結実したオオバコの花穂を切り取り、新聞紙などの上に広げて天日で乾燥すると自然に飛び出し集めることができます（車前子）。種子には粘液成分が含まれていてわずかな水気でも粘性をもつようになるので、極力水分には注意し乾燥することです。

〔薬効と用い方〕　現在薬用には車前草と車前子が用いられています。車前草を刻み、1日量10 gを水0.5ℓに加えて煎じ、半量まで煮詰めます。布でこした液を1日3回に分け食間に服用すれば下痢止めやせき止めに効き目があります。主要な成分はプランタギニンなどです。さらにせき止めには甘草を加えて煎じたものが一層効き目があります。

車前子には去痰、鎮咳、血糖降下作用や顕著な免疫賦活作用があります。飲むには車前子1日量5～10 gを布か和紙の袋に入れて水0.3ℓで煎じ半量まで煮詰めたものを1日3回食間に飲みます。甘草を加えて煎じたものは飲みやすいです。「神農本草経」には下腹部や陰嚢の脹痛、排尿後の疼痛に効くとされ、久しく服すれば身を軽くして老化に耐えるとあります。車前草はお茶のように飲めば健康茶としても利用価値があります。

113　サンショウ

ミカン科
Zanthoxylum piperitum
山椒（果皮）

木の芽でんがく、サンショウの佃煮、香辛料と、サンショウは生活に深く結びつき、親しまれてきました。葉も果実も、サンショウ特有のさわやかな芳香と、小粒でもピリリとした辛味があります。サンショウの芳香は果実に含まれる、精油のシトロネラール、リモネン、ゲラニオールによるものです。

薬用には、主に果実の果皮を用います。

サンショウは北海道から九州にかけての日本および朝鮮半島から中国にかけて分布します。山地に普通に見られる落葉の低木で、樹高は約３ｍです。人家の庭にも植栽されています。刺が多く、小枝の葉の基部には托葉の変形した１対があります。葉は奇数羽状複葉で、小葉は長さ１～3.5㎝で11～19枚あり、長楕円形で、縁はギザギザです。春になると緑黄色の小型の花を多数つけます。雌花と雄花の区別があり、雌雄異株です。秋に表面がでこぼこした小さい球形の果実をつけます。果皮は紅熟して中には黒色の種子があります。

刺のない品種をアサクラザンショウと称します。果実も大きく香りもよく、種子がたやすく果皮と分離する優良品種です。

刺がわずかにあるヤマアサクラザンショウはサンショウとアサクラザンショウの中間のタイプで、山地に普通に見られます。

〔採取と調製〕　夏から秋にかけて、果実が赤く色づく頃に果実を採取します。果柄を除いて天日で乾燥させてから、たたいて種子を出し果皮だけにします。

〔薬効と用い方〕　山椒は苦味チンキの原料でもあり、芳香辛味性健胃、整腸剤とされます。成分のサンショオールやサンショウアミドは大脳を刺激して、内臓器官の働きを活発にする作用があるとされ、胃腸の働きの弱くなった消化不良や消化不良による胸苦しさ、心下（みぞおち）の痞え、腹の冷え、腹部のガスの停滞、それに伴う腹痛に効果があります。

信州の下伊那では１日１粒ずつ果実を食べると疲れがとれるとされて用いられていますが、山椒は刺激が強いため、炎症性やかいよう性、発熱性のような激しい病気に使用することは避けた方がよいでしょう。

152　チャノキ

ツバキ科
Camellia sinensis
茶葉（葉）

お茶を初めて人が用いたのは、神農さん（紀元前2700年頃）といわれています。毎日野山にて百草をなめて薬草を探し、１日で多いときは72回も毒に当たったそうです。その時、神農さんはお茶をなめて解毒したといわれています。中国の茶聖である陸羽（733～804）は「茶経」を書き、そこで茶の飲用は神農さんに始まるとしています。

チャノキ（ツバキ科）は常緑の低木でよく枝分かれし、葉は長さ５～10cmの長い楕円形で、縁には細鋸歯があります。花は２～３個が葉腋につき、10月頃から咲き始め、真冬でも花を見ることができます。日本には1168年（仁安３年）に宋より留学を終えて帰国した留学僧・栄西禅師（1141～1215）が種子と製茶法をもち帰り、最初は九州の背振山に蒔種したようです。現在九州地方に野生化したチャノキが多いのはその影響からではないかと思います。

栄西禅師は日本の茶祖と呼ばれ、「喫茶養生記」（1211）を著しています。その中で、お茶は養生の仙薬であり、五臓（肝・心・脾・肺・腎）のうち一番大事な心臓を健全にするので、茶を飲むことは長命なのであるとしています。茶道の先生が一般に長生きといわれることにも通じるのかもしれません。お茶が健康によいことはもう一般の常識になっています。なお、薬として渡来したお茶が嗜好品として利用されるようになったのは、足利時代以後です。

〔採取と調製〕　日本で多く栽培されているのは凍霜害に強い「やぶきた」ですが、普通、年３回摘葉します。またチャノキから、製法により緑茶、紅茶、烏龍茶があり、効き目も若干異なります。

〔薬効と用い方〕　お茶の独特の味は苦みと渋みであり、一般に苦みは不快な味とされますが、お茶の苦みでは爽快感を味わうことができます。これはお茶特有のカテキン類を含むからです。その他、ケルセチン、カフェイン、ビタミンC、グルタミン酸、テアニンおよび各種アミノ酸などが豊富に含まれていて、発汗、興奮、利尿、抗ウイルス作用、抗インフルエンザウイルス作用、ピロリ菌の解毒作用、抗酸化作用などがあります。濃い緑茶でうがいをすれば流感の予防、飲用すれば生活習慣病の予防に役立ち、21世紀の健康を維持する最大の健康食品といえます。濃いお茶を飲んで健康を維持しましょう。

217　ミント

シソ科
Mentha spp.

ミント（Mint）はハッカ（Mentha）属の総称です。ミントは古代ギリシャ・ローマ時代から治癒力が知られていました。ハッカ属は北半球の温帯に約40種が分布しますが、野生種、栽培種、交配種などをミントに入れれば600種ともいわれる膨大な種類になります。日本にはハッカ（M. canadensis）、ヒメハッカ（M. japonica）の２種で、多くは帰化、栽培種です。帰化種にはヌマハッカ、ヨウシュハッカ、ナガバハッカ、メグサハッカ、ミドリハッカ、マルバハッカがあり、栽培種にはアメリカハッカ、コショウハッカ、オランダハッカがあります。栽培の主要産地は北海道で、かつては日本のハッカが世界のミント市場の70％を占めていました。

茎は四角で、葉は対生（たいせい）です。花期は夏で、紫系の唇形花（しんけいか）を葉腋（ようえき）につけます。ハッカ属は交配しやすく、したがって雑種が多く、ミントの香りも環境により変化するため、栽培には気をつかいます。

西洋種は地中海沿岸地域が多く、しかも生活の中に生きてきたハーブです。西洋種の主な物はペパーミント（M. piperita／セイヨウハッカ）とスペアミント（M. spicata／オランダハッカ）です。

〔採取と調製〕　新鮮な葉が主たる利用部位です。メントールを主成分とする精油は蒸留で確保します。

〔薬効と用い方〕　駆風（くふう）、痙攣（けいれん）の緩和、消化、強壮、消毒、発汗促進、胆汁分泌促進などの効果があります。特に精油（メントール）には強力な抗菌効果も知られています。しかし、皮膚に対して刺激性があります。また、精油自体を服用するのは避けた方がよいでしょう。特に子どもに内服はよくありません。また、古くからミント風呂としても使われています。

メントールはクールな香りと味が好まれ、化粧品、歯磨き、清涼飲料、菓子類などの製品に用いられます。料理に用いられるのはアップルミント（M. suaveolens）で、明緑色の葉はリンゴのような香りがします。肉、魚、卵、果物、ゼリー、飲み物、ソース、酢などにも用いています。

ハーブティとして汎用されるのはペパーミント・ティで、消化を助け、疲労回復にも効果があるとされます。

スペアミント

247 黄連解毒湯

〔適応症〕

のぼせ、高血圧、目の充血、二日酔い、不安感、イライラ、不眠症、胃炎、口内炎、胸やけ、心下（みぞおち）の痞え、各種出血、皮膚炎、皮膚掻痒症、アトピー性皮膚炎、頭痛、耳鳴り

〔使い方のめやす〕

のぼせ感が強く、赤ら顔になり、気分がイライラしやすく、心下（みぞおち）の痞えなどの症状がある人。

〔処方の内容〕

黄連1.5、黄芩・黄柏・山梔子各3.0

248 黄連湯

〔適応症〕

嘔吐、悪心、食欲不振、上腹痛、急性胃炎、二日酔い、口内炎、精神不安

〔使い方のめやす〕

胃部の膨満感が強く、腹痛、悪心・嘔吐のある人。

〔処方の内容〕

黄連・乾姜・桂皮・甘草・人参・大棗各3.0、半夏5.0

249 乙字湯

〔適応症〕

痔疾一般、痔の痛み、膣炎の痛み・痒み

〔使い方のめやす〕

痔疾一般で大便の硬めの人。

〔処方の内容〕

当帰6.0、柴胡5.0、黄芩3.0、甘草2.0、升麻1.5、大黄1.0～2.0

250 藿香正気散

〔適応症〕

嘔吐・下痢、腹痛、発熱・悪寒、頭痛、急性胃腸炎、夏かぜ、暑気あたり、夏負け、せき、浮腫、気鬱、倦怠感

〔使い方のめやす〕

いわゆる霍乱で発熱頭痛を伴う腹痛、嘔吐・下痢をめやすに。

暑気あたり、夏負けなどでは食欲不振、倦怠感、頭が重いなどの症状が使い方のめやすの中心になる。

〔処方の内容〕

白朮・茯苓・半夏各3.0、陳皮・大棗・厚朴各2.0、桔梗1.5、白芷・藿香・甘草・紫蘇葉・大腹皮・乾生姜各1.0

251 葛根湯

〔適応症〕

発熱・悪寒、風邪、インフルエンザ、鼻づまり、鼻炎、下痢しぶり腹、肩こり、四十肩、五十肩、化膿症（おでき、ものもらい）、じんましん、湿疹、皮膚炎

〔使い方のめやす〕

頭痛、発熱、悪寒があり、首筋の凝りが強く、汗の出にくい人。

頭痛、発熱、悪寒がなく首筋の凝りが強く、汗が出にくいだけの場合もある。

〔処方の内容〕

葛根6.0、麻黄・大棗各4.0、桂皮・芍薬各3.0、甘草2.0、乾生姜1.0

〔備　考〕

この処方は風邪の初期によく使われる薬であるが、汗のかきやすい人、汗の多い人が服用すると、汗が止まらなくなったり、フラフラしてめまいなどを生ずることがあるので注意する。

252 葛根湯加辛夷川芎

〔適応症〕

蓄膿症、慢性鼻炎、鼻かぜ

〔使い方のめやす〕

鼻づまりが強く、首筋の凝り、後頭部痛があり、汗をあまりかかない人。

〔処方の内容〕

葛根6.0、麻黄・大棗各4.0、桂皮・芍薬・川芎・辛夷各3.0、甘草2.0、乾生姜1.0

253 加味帰脾湯

〔適応症〕

精神不安、不眠症、神経症、自律神経失調症、過労、倦怠感、疲れやすい、健忘症、のぼせ、胸苦しい、各種出血、動悸

〔使い方のめやす〕

体力が低下して顔色が悪く、精神不安、不眠、イライラ、のぼせ感を伴う人。

〔処方の内容〕

人参・茯苓・竜眼肉・柴胡・白朮・酸棗仁・黄耆各3.0、当帰・大棗・遠志・山梔子・牡丹皮各2.0、甘草・木香各1.0、乾生姜0.5

254 加味逍遥散

〔適応症〕

血の道症、更年期障害、神経症、倦怠感、不眠症、めまい、熱感、月経不順、不妊症、口内炎、尿道炎、膀胱炎、帯下（こしけ、おりもの）、便秘、汗が多い、肝炎、頭痛、肩こり、シミ、肝斑

〔使い方のめやす〕

疲れやすく、午後などにのぼせ感が強く出て、汗が出てくる傾向のある人。

手足がだるい、頭が重い、頭痛、めまい、肩こり、便秘などいろいろ訴えが多い人。

〔処方の内容〕

当帰・白朮・柴胡・芍薬各3.0、山梔子・茯苓・牡丹皮各2.0、乾生姜・薄荷葉各1.0、甘草1.5

255 栝楼薤白半夏湯

〔適応症〕

心筋梗塞、狭心症、肋間神経痛、ぜんそく、胃痛、胆石痛、胸痛

〔使い方のめやす〕
胸痛が強く背中まで痛む人、胸痛のため呼吸がしにくい人。

〔処方の内容〕
栝楼実2.0・薤白3.0・半夏5.0、以上を清酒400mℓにて煎じて、200mℓとする。

256 乾姜人参半夏丸

〔適応症〕
嘔吐、妊娠悪阻（つわり）、胃腸虚弱、心下（みぞおち）の痞え

〔使い方のめやす〕
冷え症で、心下（みぞおち）の痞えや嘔吐がある人。

〔処方の内容〕
煎剤＝乾姜・人参各3.0、半夏6.0
丸剤＝乾姜・人参各3.0、半夏6.0を末とし、生姜汁と米糊を結合剤として丸剤とし、120丸にする。1回20丸を1日3回服用

257 甘草瀉心湯

〔適応症〕
下痢、軟便、心下（みぞおち）の痞え、口内炎、声枯れ、咽喉異物感、不眠症

〔使い方のめやす〕
心下（みぞおち）が痞え、お腹がごろごろ鳴り、軟便・下痢の傾向がある人。

〔処方の内容〕
半夏5.0、乾姜・人参・大棗・黄芩各2.5、黄連1.0、甘草3.5

258 甘草附子湯

〔適応症〕
神経痛、リウマチ、筋肉痛、関節痛、関節炎、関節の腫れ

〔使い方のめやす〕
激しい痛みで、手足を動かせない、息苦しくなるなどの症状があり、汗が出やすい人。

〔処方の内容〕
甘草2.0、蒼朮4.0、桂皮3.0、炮附子0.5

〔備　考〕
この処方は炮附子（トリカブト）を使用するため、服用に当たっては、医師・薬剤師に相談すること。

259 甘麦大棗湯

〔適応症〕
ヒステリー、神経症、小児の夜泣き、不眠症、胃痛、腹痛

〔使い方のめやす〕
胃腸が弱く、感情の起伏が激しく、筋肉の硬直などがある人。

〔処方の内容〕
甘草5.0、小麦20.0、大棗6.0

260 帰耆建中湯

〔適応症〕
多汗症、化膿症（薄い膿が多く出る）、痔疾、痔瘻、中耳炎、鼻炎、湿疹、疲れ

やすい、虚弱者の滋養強壮、息切れ

〔使い方のめやす〕
貧血気味で胃腸が弱く、疲れやすく、汗が多く、体力消耗が激しい人。

〔処方の内容〕
当帰・桂皮・大棗各4.0、芍薬5.0、黄耆・甘草各2.0、乾生姜1.0

261 桔梗湯

〔適応症〕
喉頭炎、咽頭炎、扁桃腺炎、咽喉の痛み、気管支炎、せき、膿様の喀痰が出る。

〔使い方のめやす〕
咽喉が腫れて痛む、化膿の傾向がある人。

〔処方の内容〕
桔梗2.0、甘草3.0

262 橘皮竹茹湯

〔適応症〕
しゃっくり、せき込み

〔使い方のめやす〕
胃腸虚弱の人のしゃっくり、小児のせき込んで吐く人。

〔処方の内容〕
橘皮16.0、竹茹2.0、大棗7.0、生姜8.0、甘草5.0、人参1.0

〔備　考〕
生姜は乾燥していないものを使う。乾燥したものを使う場合は3.0とする。

263 帰脾湯

〔適応症〕
各種出血（子宮出血、痔出血、鼻血、血尿など）、貧血、動悸、心悸亢進、不眠症、健忘症、神経症、自律神経失調症、ヒステリー、精神不安、倦怠感、胃腸虚弱

〔使い方のめやす〕
体力が低下して貧血気味で精神不安などがある人。また倦怠感が強く精神不安があり各種出血のある人。

〔処方の内容〕
人参・茯苓・当帰・白朮・黄耆・竜眼肉・酸棗仁各2.0、大棗1.5、甘草・遠志・木香各1.0、乾生姜0.5

264 芎帰膠艾湯

〔適応症〕
子宮出血、痔出血、血尿、鼻血、皮下出血、吐血などの各種出血

〔使い方のめやす〕
貧血、冷え症で出血傾向のある人。

〔処方の内容〕
川芎・甘草・艾葉・阿膠各3.0、当帰・芍薬各4.0、地黄5.0