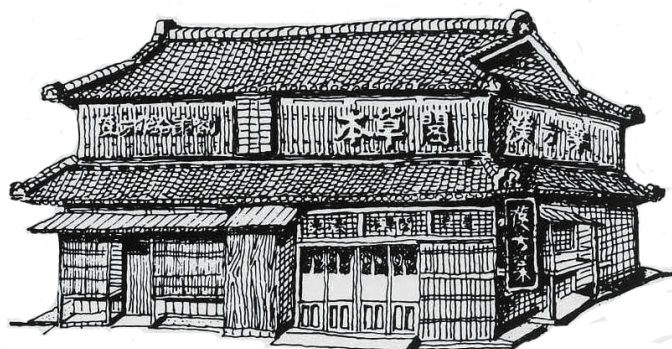


本草閣 かわら版

第 97 号

平成19年 3月 8日発行

和薬・漢方の本草閣 本店
〒460-0012 名古屋市中区千代田5-21-17 (JR鶴舞駅西)
TEL (052)241-3388 FAX (052)241-3443
JR中央線・地下鉄 鶴舞駅下車
E-Mail kanpouyaku@honsoukaku.co.jp



和薬・漢方の本草閣 緑店
〒458-0016 名古屋市緑区上旭1-622 (滝の水公園西)
TEL (052)899-0221 FAX (052)899-0236
・名鉄バス 鳴海駅より 滝ノ水口 下車
・地下鉄 野並駅より 市バス (大清水行・太子行)
滝ノ水公園下車
E-mail midori@honsoukaku.co.jp

営業時間 10:00~19:00 定休日 木・日曜 (祝日は営業) 木・日曜が祝日の場合お休み
HP <http://www.honsoukaku.co.jp/>

* H18年より、祝日は営業しております。定休日は木曜・日曜となります。
* かわら版はメールでの配信も行っております。



～民間薬よもやま話～

第45回 シジュウム：フトモモ科 サイジュウム属

シジュウムは熱帯地方を原産国とする植物で、原地では昔から切り傷や皮膚病薬として使われてきました。

シジュウム茶には、ビタミンC、カリウム、マグネシウムをはじめ多くのミネラル成分がバランス良く含まれ、タンニンを非常に多く含みます。

効能としては、かゆみや炎症をもたらすアレルギーの原因である体内物質ヒスタミンを強く抑える成分が入っており、花粉症・アトピーなどのアレルギー症状（アトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎など）に優れた抗アレルギー作用があることが分かっており、TV・雑誌などでも注目されています。

この働きはアロエにも含まれますがシジュウムはその100倍の働きをされると言われています。

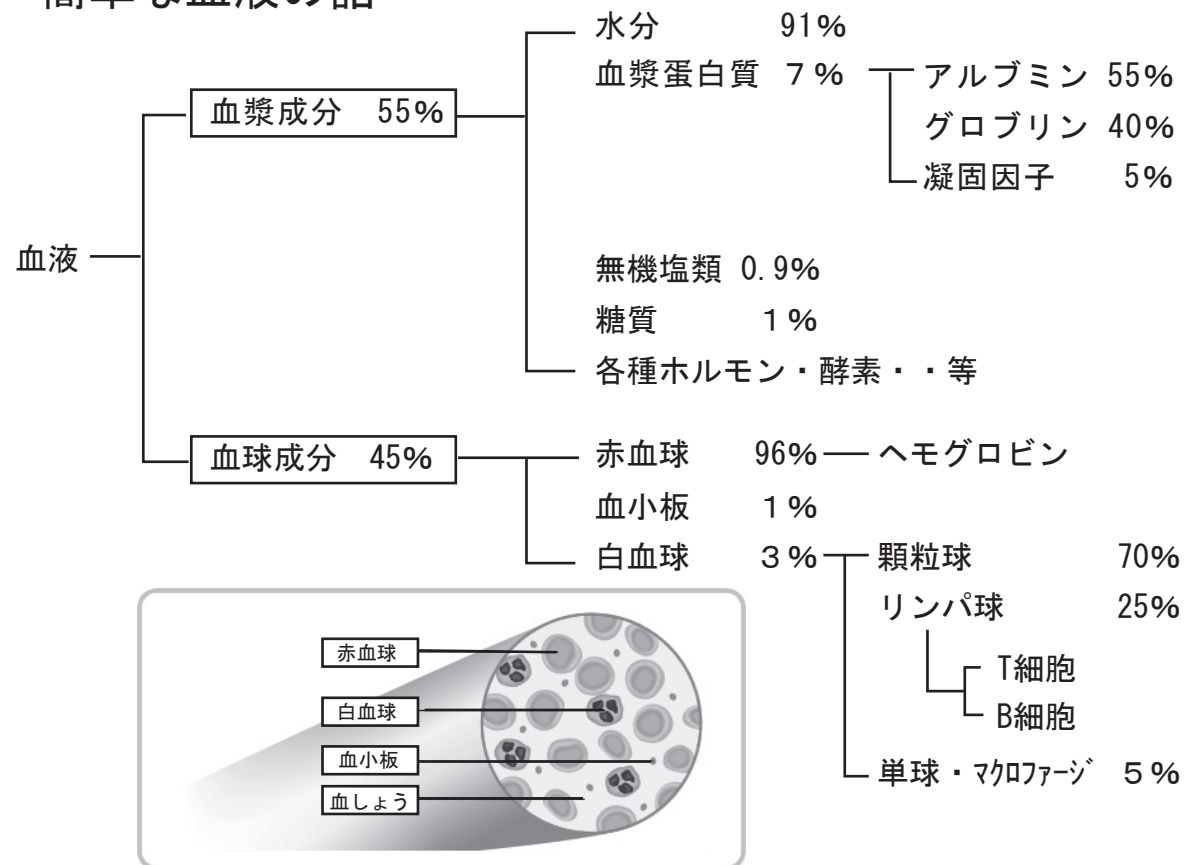
また、強い抗菌・殺菌作用、高い抗アレルギー作用があることから、「入浴剤」「石鹸」

「ローション」などお茶以外にも利用されており、抗菌効果・保湿効果・保温効果・

皮膚炎・かゆみを抑え肌をなめらかにする・気管支ぜん息を抑える、などの効果があります。



～簡単な血液の話～



<血液の寿命と主な働き>

- ・赤血球 (寿命 120日) — 全身に酸素を運び二酸化炭素を肺まで回収する。
- ・血小板 (寿命 10日程) — ケガ等をして出血の場合に、止血する。
- ・白血球 — 細菌・ウイルス・老化した赤血球等を分解し病を防御する。

- ・顆粒球 (寿命 14日)
- ・リンパ球
 - ・T細胞 (寿命120日~180日)
 - ・B細胞 (寿命3日~50日)

以上の事から、体質改善する為には、少なくとも赤血球の寿命120日以上は必要であり、身体に抵抗力・免疫力を付ける為には白血球のT細胞の寿命180日以上が必要と考えられます。

本質的に体質を改善し・免疫力・抵抗力を付ける為に、漢方薬・青汁(プロケリン)等の継続(120日~180日)と養生(食事・発汗・運動等)が慣用となります。

